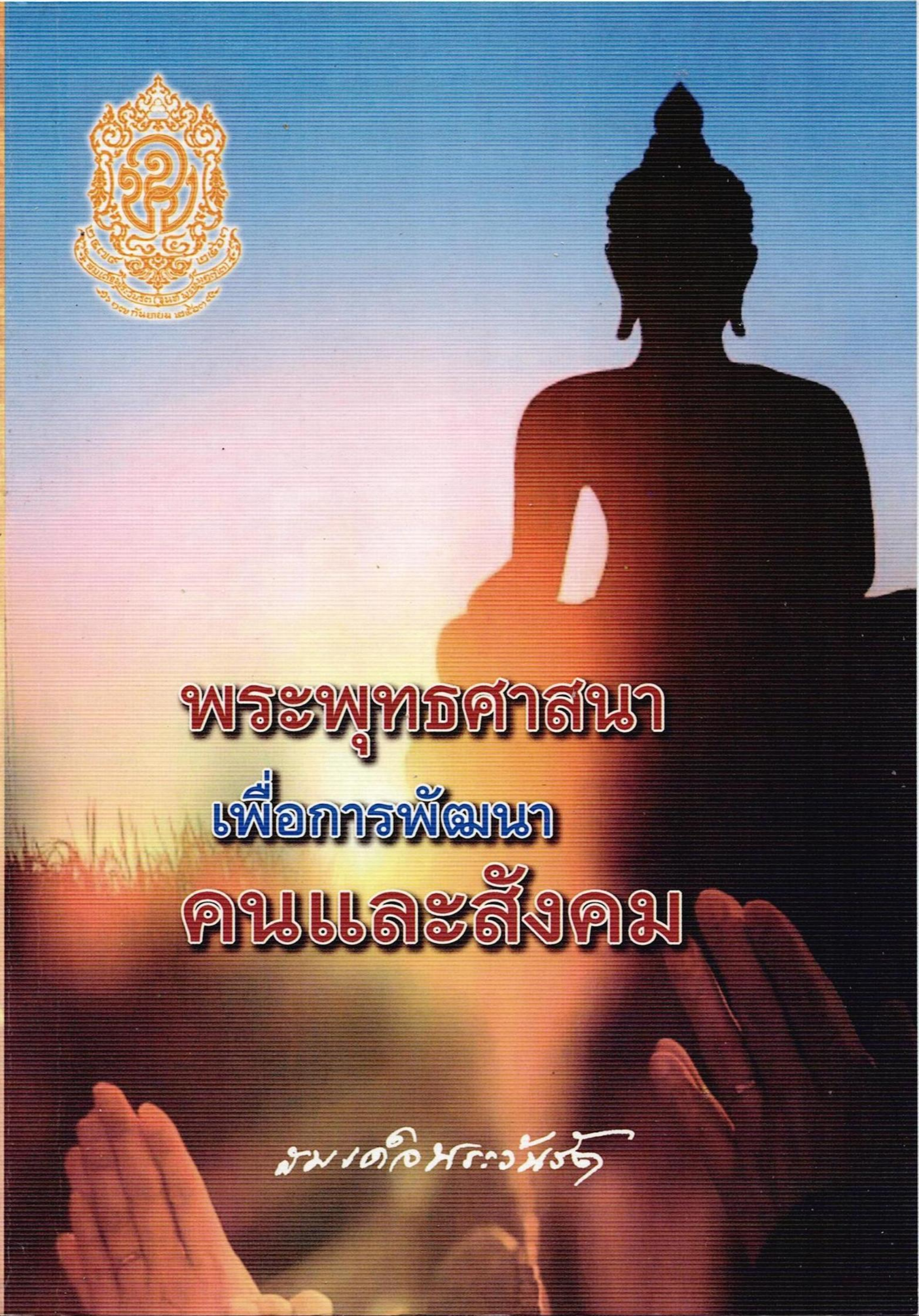
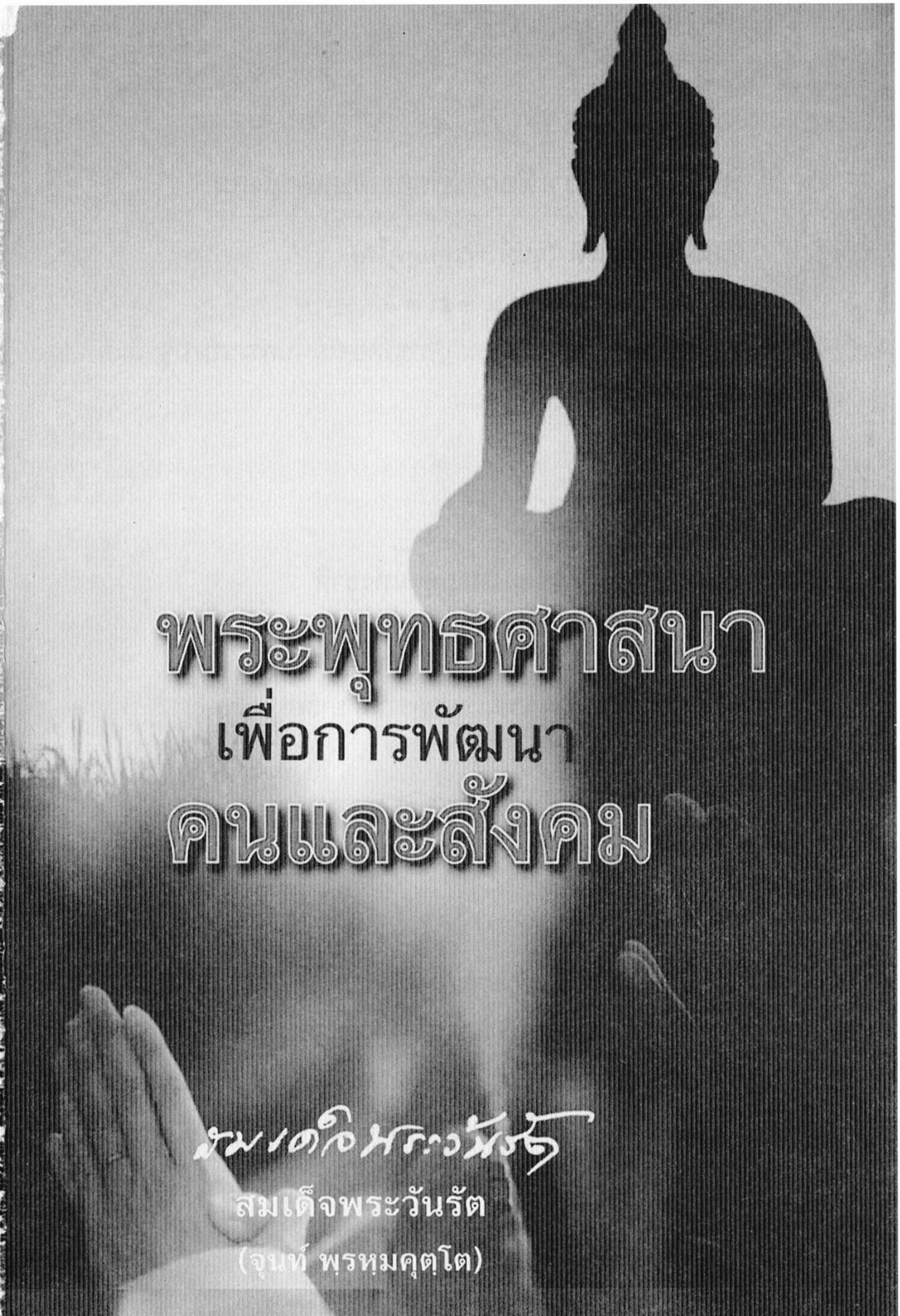


พระพุทธศาสนา เพื่อการพัฒนา คนและสังคม

สมเด็จพระวันรัต

พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาคนและสังคม



พระพุทธศาสนา
เพื่อการพัฒนา
คนและสังคม

สมเด็จพระวันรัต
(จุนท์ พฺรหฺมคุตฺโต)

พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาคนและสังคม

สมเด็จพระวันรัต (จุนท์ พฺรหฺมคุตฺโต)

พิมพ์ครั้งที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๓

จัดพิมพ์โดย มูลนิธิมหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์

จำนวนพิมพ์ ๑,๐๐๐ เล่ม

ข้อมูลบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาคนและสังคม

นครปฐม : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๖๓

๘๘ หน้า

ISBN : ๙๗๘-๖๑๖-๗๖๘๒-๔๖-๔

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย

๑๒๙ หมู่ ๓ ถนนศาลายา-นครชัยศรี

ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม

โทร. ๐ ๒๘๐๐ ๒๓๗๓-๔

คำปรารภ

***

ทุกคนเกิดมาแล้วล้วนมีเป้าหมายเดียวกัน คือความสุข ความเจริญในชีวิต ปัญญา คือความรู้จักดีรู้จักชั่ว รู้จักคุณรู้จักโทษ รู้จักประโยชน์มิใช่ประโยชน์ และรู้จักสรรพสิ่งตามสภาวะที่เป็นจริง เป็นกุญแจสำคัญในการไขความสุขนั้นให้แก่ชีวิต เพราะปัญญาจะทำให้รู้จักใช้กายวาจาและใจในทางที่เป็นประโยชน์ ดำรงตนอยู่ในศีลธรรมนำชีวิตให้เกิดสุข

"พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาคนและสังคม" ในหนังสือเล่มนี้ กล่าวถึงหลักธรรมเพื่อการพัฒนาชีวิต ๖ เรื่อง ประกอบด้วยเรื่องศีลเบื้องต้น แสดงถึงศีลอย่างหยาบหรืออย่างต่ำไว้สำหรับผู้ปฏิบัติที่มีความเพียรพยายามต่ำ ซึ่งเป็นศีลพื้น ๆ สำหรับการปฏิบัติของคนทั่วไป ศึกษาแล้วทำให้รู้ว่าศีลรักษาได้ไม่ยาก เพราะเรื่องศีลเบื้องต้น มุ่งแสดงศีลระดับพื้นฐาน แก่บุคคลที่รู้น้อยหรือไม่รู้อะไรมาก่อน เพื่อให้สามารถปฏิบัติได้โดยสะดวก เนื้อหาจึงพื้นๆเหมือนความรู้ระดับอนุบาล อย่างไรก็ตาม ความรู้ระดับอนุบาลก็เป็นพื้นฐานในระดับที่สูงขึ้น เพราะช่วยให้การศึกษา

และปฏิบัติในระดับที่สูงนั้นสัมฤทธิผล ดุจเดียวกับการขึ้นบันได ๑๐ ขั้น ต้องเริ่มก้าวที่ขั้น ๑ ต่อด้วยขั้น ๒ ขั้น ๓...จนถึงขั้นสุดท้ายตามลำดับ จึงจะขึ้นไปได้โดยสะดวก หากก้าวแรกเริ่มที่ชั้นสุดท้ายด้วยความใจร้อนอยากไปให้ถึงเร็ว ไฉนเลยจะก้าวขึ้นไปได้ การศึกษาและปฏิบัติในพระพุทธศาสนา จึงควรเริ่มไปตามลำดับด้วยเหตุผลเดียวกัน

นอกจากเรื่องศีลเบื้องต้นแล้ว ยังมีเรื่องของวิเศษประจำตัว กล่าวถึงของดีที่ทุกคนมีอยู่แล้ว ควรนำมาใช้ในทางที่สร้างสรรค์ เพื่อให้ชีวิตพ้นเสื่อมและประสบความเจริญ เรื่องสหายสนิทของชีวิต กล่าวถึงสิ่งที่ติดตัวมาพร้อมกับการเกิดของเราคือความแก่ ความเจ็บและความตาย ยอมรับและอยู่กับ ๓ สหายนี้ให้ได้ ชีวิตจะได้เป็นทุกข์น้อยลง เรื่องสุขแท้สุขเทียม กล่าวถึงความสุขที่เกี่ยวข้องกับชีวิต และสามารถแสวงหาได้ด้วยตนเองในปัจจุบัน เรื่องทางเดินของชีวิต กล่าวถึงหลักธรรมเพื่อการดำเนินชีวิตให้เกิดสุข และเรื่องยศถาบรรดาศักดิ์ ซึ่งเป็นเรื่องที่สะท้อนให้เห็นถึงคุณค่าของความรู้ดี ความสามารถดี และความประพฤติดีของคน ขาดความดี ๓ อย่างนี้ ยศถาบรรดาศักดิ์ใด ๆ ก็ตั้งอยู่ไม่ได้ โดยแต่ละเรื่องได้แสดงไว้ในโอกาสต่าง ๆ กัน นำมารวบรวมไว้เพื่อสะดวกแก่ผู้ที่สนใจ จะได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปประพฤติปฏิบัติเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เพื่อพัฒนาตนและ

สังคม ให้ดำเนินไปอย่างเป็นสุข สว่าง สงบ ร่มเย็นได้เป็นอย่างดี จึงตั้งชื่อหนังสือเล่มนี้ว่า "พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาคนและสังคม" จะเป็นประโยชน์แก่ผู้ได้นำหลักธรรมจากหนังสือเล่มนี้ไปศึกษาและปฏิบัติตามสมควร

ในโอกาสบำเพ็ญกุศลอายุวัฒนมงคลปี ๒๕๖๓ นี้ ขอมอบหนังสือเล่มนี้เป็นธรรมบรรณาการแก่ผู้ที่สนใจทั่วไป หวังว่าคงจะเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตบ้างไม่มากก็น้อย ขอความเจริญงอกงามไพบูลย์ในธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ดีแล้วพึงบังเกิดแก่สาธุชนทั้งหลายตลอดกาลเป็นนิตย์ เทอญ

สมเด็จพระวันรัต

(จุนท์ พฺรหฺมคุตฺโต)

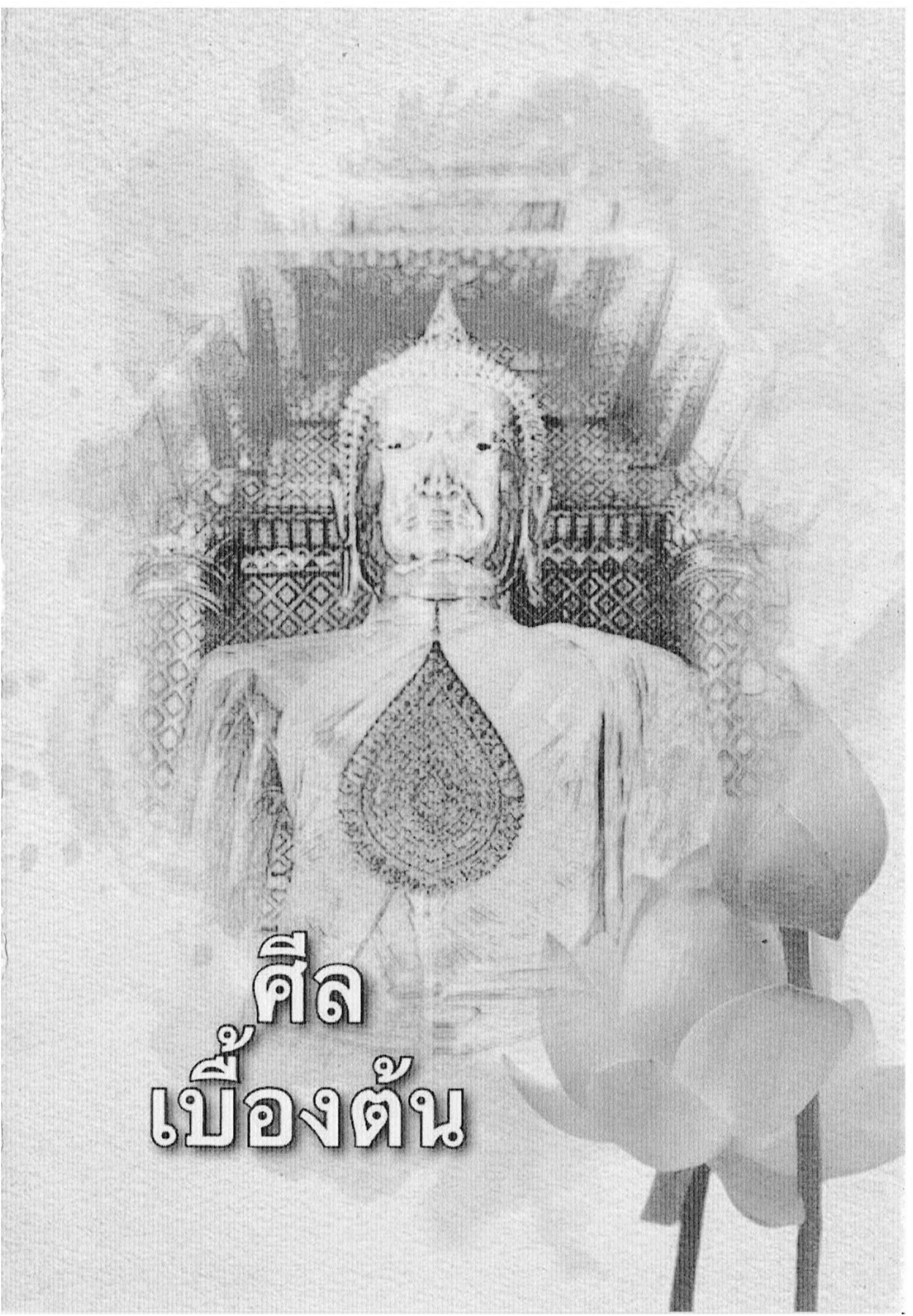
เจ้าอาวาสวัดบวรนิเวศวิหาร

สารบัญ

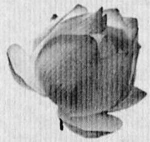
***

คำปรารภ

๑.	ศีลเบื้องต้น	๑
๒.	ของวิเศษประจำตัว	๑๗
๓.	สหายสนิทของชีวิต	๓๑
๔.	สุขแท้สุขเทียม	๔๓
๕.	ทางเดินของชีวิต	๕๕
๖.	ยศถาบรรดาศักดิ์	๗๑



ศีล
เบื้องต้น



พุทธศาสนสุภาษิต

สีลํ พลํ อปฺปฏิมํ สีลํ อาวุธมุตฺตมํ
สีลํ อาภรณํ เสฏฺฐํ สีลํ กวจมพฺภุตํ ฯ

ศีลเป็นกำลังหาที่เปรียบมิได้ ศีลเป็นอาวุธอย่างสูงสุด
ศีลเป็นอาภรณ์อันประเสริฐ ศีลเป็นเกราะอันน่าอัศจรรย์.

ขุ. เถร. ๒๖/๓๗๘/๓๓๕.



ศีลเบื้องต้น

***

ศีลคืออะไร ?

ศีล เป็นพระดำรัสของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้ามิใช่คนไทย พระองค์เป็นคนมัชฌิมประเทศ ที่เราเรียกว่า เนปาล อินเดีย ในปัจจุบัน คำว่าศีลนั้นเมื่อนำมาใช้ในภาษาไทย ท่านผู้รู้ท่านแปลว่า "**ปกติ**" ศีลนั้นคือปกติ รักษาศีลก็คือรักษาปกติของตน ไม่ทำตนให้ผิดปกติ ของทุกอย่างในโลกนี้มีปกติของตนเอง ธาตุ ๔ คือดิน น้ำ ไฟ ลม ก็มีปกติของตนเอง กล่าวคือดินมีปกติแข้นแข็ง ดินที่มีสิ่งอื่นไปเจือปนก็ผิดปกติไป เช่น มีน้ำไปปนก็เป็นตมเป็นเลน ไฟมีปกติร้อน นั่นปกติของไฟ ทุกอย่างมีปกติของตนเองทั้งสิ้น

คนก็มีปกติของความเป็นคนเหมือนกัน ปกติของความเป็นคนนั้น พระพุทธเจ้าตรัสเรียกว่าศีล แล้วทรงสอนให้รักษาศีลคือปกตินี้ อย่าทำให้เสีย ไม่ได้สอนให้ไปขอจากพระสงฆ์ หรือให้ไปแสวงหาจากใครที่ไหนเลย ปกติของความเป็นคนนี้ มีอยู่แล้วในตัวของคนทุกคน หากว่าไม่มีอยู่แล้ว จะไปรักษาได้อย่างไร และปกติของความเป็นคนนั้นท่านกำหนดไว้อย่างต่ำ ๕ อย่าง ซึ่งก็ได้แก่ศีล ๕ นั่นเอง

ปกตินี้เป็นเรื่องที่สำคัญแก่คนทุกคน ยกตัวอย่าง คนทั้งหลายมานั่งประชุมกันอย่างเรียบร้อยในที่เดียวกัน ไม่มีใครลุกเดินหรือส่งเสียงดังรบกวนคนอื่น อย่างนี้จัดเป็นคนปกติทุกคน แต่ถ้ามีใครคนใดคนหนึ่งในจำนวนที่นั่งอยู่นั้น ลุกขึ้นจากที่นั่งแล้วทำร้ายคนอื่นที่นั่งอยู่ข้าง ๆ ถามว่าการกระทำดังกล่าวผิดปกติหรือไม่ ? คำตอบผิดปกติอย่างแน่นอน ปกติของคนทั้งหลายนั่นแหละเรียกว่าศีลที่ท่านให้รักษาไว้ให้ดี อย่าไปทำสิ่งผิดปกติของตน หรือทำตนให้ผิดจากปกติของความเป็นมนุษย์

ศีลอยู่ที่ไหน ?

ศีลนั้นอยู่ที่กายกับวาจาของคนทุกคน คนเกิดมาแล้วล้วนมีศีลติดตัวมาด้วยกันทั้งหมด ฉะนั้น จึงไม่ต้องไปขอจากใครที่ไหนอีก เมื่อมีอยู่แล้วก็พึงรักษาสิ่งที่มีอยู่แล้วนั้นให้ดีต่อไป อย่าเบียดเบียนกัน อย่าแย่งชิงสมบัติกัน อย่าสำส่อนทางเพศ อย่าโกหกหลอกลวงกัน อย่าด่าว่ากัน อย่ายุยงกัน อย่าพูดจาเหลวไหล และอย่าเสพของมึนเมา เพราะการกระทำดังกล่าว ย่อมทำให้ปกติของตนเสียหาย จึงต้องปรับความรู้สึกให้ได้ว่า ศีลนั้นไม่ได้อยู่ที่วัดหรืออยู่ที่พระสงฆ์องค์ใด ศีลนั้น แม้ตัวเองยังไม่ได้เข้าวัดหรือยังไม่ได้บวช และยังไม่ได้เป็นอุบาสกอุบาสิกา ยังเป็นเพียงชาวบ้านธรรมดา ๆ ก็มีอยู่แล้วและต้องรักษาไว้ให้ดี ไม่รักษาก็อยู่ร่วมกับคนอื่นไม่ได้ ส่วน

ศีลที่ไปขอและรับมาจากพระนั้น เป็นเพียงศาสนพิธี เป็นขนบธรรมเนียม เป็นประเพณี และเป็นการไปปฏิญาณว่าจะรักษาศีลของเราไว้ให้ได้เท่านั้น

สรุปว่า ศีลมีอยู่แล้วที่ตัวของคนทุกคน โดยมีมาตั้งแต่เกิด อย่างน้อยก็ศีล ๕ ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนให้รักษาไว้ โดยรักษากายวาจาของตนให้เรียบร้อย ไม่ไปทำหรือพูดให้คนอื่นเดือดร้อน ดุจเดียวกับการสอนให้รักษาสมบัติ ก็แสดงว่าเรามีสมบัติ เช่น มีเงิน มีทอง มีไร่นามีสวนอยู่แล้ว จึงสอนให้รักษาให้ดี อย่าให้มันเสียหายไป ศีลก็เช่นเดียวกัน เป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วในตัวของคนทุกคน ดังนั้น ต้องรักษาไว้ อย่าให้เสีย

ส่วนในคัมภีร์ปกรณ์วิเสสชื่อวิสุทธิมรรค ท่านกล่าวว่า **ความสำรวมระวังชื่อว่าศีล เจตนาชื่อว่าศีล** ดังนี้ ที่กล่าวไว้เช่นนั้น เป็นเพราะว่าอารมณ์ที่มากระทบ จะผ่านเข้ามาทางอายตนะทั้งห้า (ตา หู จมูก ลิ้น กาย) แล้วมาถึงอายตนะที่หกคือใจ หากว่ามีอารมณ์กระทบแล้ว ไม่รู้จักสำรวมระวังก็จะทำให้เป็นคนผิดปกติได้ เหตุนั้นท่านจึงสอนให้มีความสำรวมระวัง แล้วก็มีเจตนาคือความตั้งใจว่าจักรักษาปกติไว้ให้ได้

ที่เข้าใจกันว่าความสำรวมระวังและเจตนาเป็นศีลนั้น เป็นเพราะการที่จะรักษาปกติไว้ให้ได้โดยไม่เสียหายนั้น ต้องมีความสำรวมระวังและมีเจตนาที่จะรักษาเป็นสำคัญ เหมือนการที่เราจะ

รักษาสมบัติที่มีค่าไว้ให้ได้ ก็ต้องมีเครื่องป้องกัน มีที่เก็บ มีตู้นิรภัย และมีใจที่จะคิดป้องกัน คิดจะเก็บสมบัติที่มีค่านั้นไว้ ข้อนี้ฉันใด ความสำรวมระวังและเจตนา ก็ฉันนั้น เป็นเพียงเครื่องประกอบที่จะรักษาศีลให้ได้ แต่ไม่ใช่ตัวศีล **ตัวศีลก็คือปกติที่เรามีอยู่แล้ว**

ควรจะรักษาศีลอย่างไร ?

การศึกษาและรักษาศีลในปัจจุบันนี้ เมื่อพิจารณาแล้ว ยังมีข้อที่ควรปรับความเข้าใจกันอยู่หลายเรื่อง โดยเฉพาะความเข้าใจที่ไม่ตรงกันในประเด็นที่ว่า ศีลคืออะไร ? ศีลอยู่ที่ไหน ? ควรจะปฏิบัติอย่างไร ? ปฏิบัติแล้วมีประโยชน์อะไร ? แก่ใครบ้าง ? ซึ่งในประเด็นเหล่านี้ ส่วนมากจะเข้าใจและพูดถึงศีลในสาระที่สูงเกินไป โดยอาจจะเข้าใจว่าสาระของศีลที่สูงนั้น สำคัญและจำเป็นต่อชีวิตมากกว่าศีลระดับพื้นฐาน

นอกจากนั้น ที่เข้าใจและพูดกันอย่างนั้นก็เพราะบางคนกลัวว่า ถ้าจะพูดเรื่องศีลกันแบบพื้น ๆ แล้ว ผู้ฟังก็จะมองว่าไม่มีภูมิความรู้ในเรื่องที่พูดพอ ฉะนั้น จึงต้องพูดในส่วนที่สูงเข้าไว้ อย่างไรก็ตาม เรื่องศีลนี้ หากไม่พยายามพูดกันแบบพื้น ๆ แล้ว ก็คงจะไม่มีประโยชน์เท่าที่ควรนัก

นอกจากความเข้าใจที่ไม่ตรงกันแล้ว ก็ยังมีปัญหาในการ

ปฏิบัติอีก กล่าวคือทุกครั้งที่มีการทำบุญ ไม่ว่าจะเป็นงานมงคลหรืออวมงคลก็ตาม ก็จะมีการขอศีลและรับศีลกันเป็นประจำ ถามว่า **ขอศีลและรับศีลไปแล้วได้อะไรบ้าง ?** คำตอบ **ได้ปฏิบัติตามหลักศาสนพิธีเท่านั้น แต่เกือบจะไม่มีผลอะไรในชีวิตประจำวันเลย**

เพราะความที่เข้าใจสาระของศีลสูงเกินไป จึงทำให้มองข้ามสาระของศีลในระดับพื้นฐาน เพราะฉะนั้น จึงจำเป็นต้องคิดใหม่และปฏิบัติใหม่ โดยหันมารักษาศีลตั้งแต่ระดับพื้นฐานขึ้นไป อุปมาเหมือนมีบันได ๑๐ ขั้น ก็ต้องก้าวขึ้นตั้งแต่ขั้นที่ ๑ ไปก่อนแล้วจึงพัฒนาเรื่อย ๆ ไปสู่ขั้นที่ ๒ ขั้นที่ ๓ ขั้นที่ ๔ ... ในไม่ช้าก็จะถึงขั้นที่ ๑๐ ได้ แต่ถ้าแนะนำให้ก้าวขึ้นขั้นที่ ๑๐ เลย ก็จะเกิดปัญหาตั้งแต่เริ่มต้น คือยกเท้าขึ้นไปอย่างไรก็ไม่ถึงขั้นที่ ๑๐ นั้น ต้องตกลงมาย่ำอยู่ที่พื้นดินเหมือนเดิม เพราะไม่ได้เริ่มต้นตั้งแต่ขั้นที่ ๑ ก่อนนั่นเอง นอกจากนั้นก็อุปมาเหมือนเราเข้าเรียนหนังสือ เบื้องต้นก็ต้องเริ่มที่ชั้นอนุบาลก่อน จากนั้นจึงขึ้นเรียนชั้นประถม อยู่ดี ๆ จะไปขึ้นเรียนชั้นประถมเลย ย่อมไม่มีทางที่จะเรียนสำเร็จได้ เพราะไม่มีพื้นฐานมาก่อน ข้อนี้ฉันใด การรักษาศีลก็ฉันนั้น

อนึ่ง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่สวดกันทุกวันว่า... **อาทิกัลยาณัง มัชเฌกัลยาณัง ปริโยสาณกัลยาณัง** (งามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด) ก็แสดงให้เห็นแล้วว่างามนั้นมี ๓ ระดับ ไม่ใช่งามเฉพาะที่สุดเท่านั้น แต่มีงามในเบื้องต้น มีงาม

ในท่ามกลาง ด้วย แต่พอไปแนะนำพร่ำสอนกัน กลับแนะนำแต่งามที่สูงสุดเป็นหลัก จึงทำให้ปฏิบัติตามลำบาก

นอกจากนั้น ธรรมวินัยของพระพุทธเจ้านั้น พระองค์ทรงเปรียบเหมือนกับห้วงมหาสมุทร ซึ่งก็ย่อมมีชายฝั่ง แล้วก็ลึกไปตามลำดับ ถ้าเราจะสอนให้คนว่ายน้ำเป็น ก็ต้องสอนให้หัดว่ายน้ำที่ริมฝั่งก่อน เมื่อชำนาญแล้วก็ขยับไปว่ายห่างจากฝั่งออกไป ถ้าอยู่ดี ๆ แล้วจับไปโยนกลางทะเลเลย เขาย่อมจะสำลักน้ำหรือจมน้ำตายอย่างแน่นอน ศีล ๕ ก็เช่นนั้นเหมือนกัน ต้องเริ่มปฏิบัติตั้งแต่พื้นฐานเบื้องต้นไปตามลำดับ จึงจะได้ผล

ปกติของคนแต่ละกลุ่มเป็นอย่างไร ?

ปกติของคนแต่ละกลุ่มนั้นไม่เหมือนกัน เช่น คนที่บวชเป็นภิกษุสามเณรก็มีปกติอย่างหนึ่ง คนที่เป็นอุบาสกอุบาสิกาก็มีปกติอย่างหนึ่ง คนที่เป็นชาวบ้านทั่วไปก็มีปกติอย่างหนึ่ง คนที่ประกอบอาชีพต่าง ๆ เป็นต้นว่า ทหารก็มีปกติของทหาร คนเป็นเพชฌฆาตในเรือนจำก็มีปกติของเพชฌฆาต คนเป็นชาวประมงก็มีปกติของชาวประมง ซึ่งไม่เหมือนกัน

จากความแตกต่างกันนี้ ทำให้ปกติของแต่ละกลุ่มต่างกันไปด้วย เช่น ภิกษุสามเณรฉันข้าวเย็นผิดปกติของพระเณร แต่ชาวบ้านทานข้าวเย็นไม่ผิดปกติของชาวบ้าน เป็นชาวบ้าน ถ้าปลวกขึ้นบ้าน

ก็แจ้งบริษัทมากำจัดปลวกหรือจะกำจัดเองก็สุดแท้แต่ ไม่ผิดปกติของชาวบ้าน และเวลามดขึ้นบ้านก็ไล่มด เวลาแมลงสาบเข้าครัวก็ไล่แมลงสาบ เวลาหนูเข้ามากัดของก็ไล่หนู ทั้งหมดนี้ถึงจะเป็นเหตุให้สัตว์เหล่านั้นตายบ้างก็ไม่ผิดปกติของชาวบ้าน

เวลาข้าศึกมาประชิดชายแดน ทหารออกรบกำจัดข้าศึกที่เข้ามา ไม่ผิดปกติของทหาร เวลาศาลตัดสินประหารชีวิต เพชฌฆาตประจำเรือนจำจึงประหารนักโทษนั้น ไม่ผิดปกติของเพชฌฆาต ตลอดจนชาวประมงที่ออกจับปลาในทะเล ก็เป็นเรื่องปกติของชาวประมงนั้น แต่ทั้งหมดนั้นถ้าไม่ทำถือว่าผิดปกติของตน หรือถ้ากลุ่มอื่นไปทำแทนก็ถือว่าผิดปกติของกลุ่มนั้นๆ ด้วย ดังนั้น จึงควรทำความเข้าใจศีลที่เป็นพื้นฐานให้ถูกต้อง และไม่พึงแนะนำสาระของศีลที่สูงหรือเคร่งครัดเกินไปจนทำอะไรไม่ได้เลย

ศีลต่างจากบาปอย่างไร ?

ศีลคือปกติของความเป็นมนุษย์ดังกล่าวแล้ว ศีลนั้นเกิดขึ้นดำรงอยู่ด่างพร้อยและขาดไปเพราะกายกับวาจาเป็นเหตุ ส่วนบาปคือสภาพของใจที่เศร้าหมองไม่ผ่องใสเพราะถูกกิเลสครอบงำ บาปนั้นเกิดขึ้นดำรงอยู่และเปลี่ยนแปลงไปเพราะใจเป็นเหตุ

คนที่รักษาศีลบริสุทธิ์ตามฐานะของตนนั้น ก็หาใช่จะพ้นจากบาปเสียทีเดียวไม่ เพราะบาปอยู่ที่ใจ ส่วนศีลอยู่ที่กายกับวาจา

ชาวประมงออกจับปลาแม้ไม่ผิดศีลคือปกติของชาวประมง แต่ว่าก็เป็นการทำชีวิตสัตว์ให้ตกล่วงไปจึงยังเป็นบาปอยู่ ส่วนจะเป็นบาปมากเป็นบาปน้อยก็ขึ้นอยู่กับเจตนาเป็นสำคัญ แม้ตัวอย่างอื่น ๆ ก็นัยเดียวกันนี้

เพราะฉะนั้น แม้การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ก็ยังมีบาป เนื่องจากว่าใจยังคิดอะไรหลาย ๆ อย่างที่เป็นอกุศลจิตอยู่ แต่ว่าการที่ใจคิดอกุศลต่าง ๆ นั้นไม่เป็นการผิดศีล ไม่ว่าจะเป็นศีลของภิกษุสามเณรหรือศีลของคฤหัสถ์ เพราะการผิดศีลต้องลงมือทำด้วยกายหรือวาจาเท่านั้นถึงจะผิด ส่วนกายกับวาจาเพียงกระทำยังไม่เป็นบาป**ถ้าไม่มีใจผสม** เช่น เราเดินไปเหยียบสัตว์มีชีวิตตาย เราไม่ผิดศีลและไม่เป็นบาปเพราะเหตุนี้ เพราะเจตนาในการเหยียบสัตว์นั้นไม่มี

การรักษาศีลต้องรักษาเท่าไรจึงจะดี ?

การรักษาศีลนั้นต้องรักษาทุก ๆ ข้อ โดยรักษาอย่างน้อยเท่าที่ไม่ผิดระเบียบของสังคมที่ตนเองอาศัยอยู่ ไม่ว่าจะเป็นระเบียบประเพณีของชุมชนหรือหมู่บ้านใดก็แล้วแต่ ไม่ไปทำผิดระเบียบนั้น ๆ และในฐานะที่เป็นคนไทยอาศัยอยู่ในประเทศไทย มีกฎหมายของบ้านเมืองที่ตราไว้เพื่อปฏิบัติให้สังคมสงบสุข ก็อย่าทำผิดกฎหมายบ้านเมืองนั้นด้วย รักษาศีลได้เพียงเท่านี้ชีวิตก็พ้นจากเสื่อมและ

ประสบความสุขได้มากแล้ว

อย่างไรก็ตาม ในสังคมใหญ่ ๆ มักประกอบด้วยบุคคลหลายกลุ่ม แต่ละกลุ่มก็มีปกติที่แตกต่างกันไปตามกลุ่มของตน ระเบียบของบุคคลกลุ่มหนึ่งอาจแตกต่างจากบุคคลอีกกลุ่มหนึ่งได้ แม้จะอยู่ในสังคมเดียวกัน เช่น ในสังคมหมู่บ้าน ซึ่งมีภิกษุสามเณรอันเป็นคนกลุ่มหนึ่งอาศัยอยู่ด้วย ภิกษุสามเณรนั้นมีปกติหรือระเบียบของตนโดยเฉพาะ เช่น จะไปกำจัดปลวกไม่ได้ ผิดวินัยของสงฆ์ แต่ชาวบ้านทำเช่นนั้นได้โดยไม่มีความผิดแต่อย่างใด ดังนั้น การรักษาศีลนอกจากรักษาอย่างน้อย **เท่าที่ไม่ผิดระเบียบของสังคมและกฎหมายแล้ว ก็ต้องรักษาไม่ให้ผิดปกติหรือระเบียบของตนโดยเฉพาะด้วย ส่วนจะไปผิดหรือไม่ถูกต้องตามระเบียบของคนอื่นอย่างไร ไม่ถือเป็นประมาณในการปฏิบัติ เพราะปกติของแต่ละกลุ่มไม่เหมือนกัน**

ปัญหาของการรักษาศีลคืออะไร ?

การรักษาศีลนั้น มีปัญหาหลายอย่างที่ทำให้รักษาไม่ได้ ปัญหาที่สำคัญคือการมุ่งรักษาแต่ศีลที่สูงเกินไป จนลืมศีลพื้นฐานที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวัน นอกจากนั้น ก็ยังมีปัญหาจากเพื่อนสนิทของผู้รักษานั่นเอง ซึ่งมักจะคอยกระซิบไม่ให้รักษา โดยอ้างว่าทำให้ใช้ชีวิตไม่สนุกสนานบ้าง ทำให้ทำอะไรไม่ได้อย่างใจบ้าง เพื่อน

สนิทที่ว่านี้ก็คือคนชั่ว เพราะเราคบคนชั่วจึงทำให้รักษาปกติของเราไม่ได้ และคนชั่วที่ว่านี้ก็คือคนชั่วในตัวเรานี่เองซึ่งมีเป็นจำนวนมาก ฉะนั้น อย่าไปคบคนชั่วในตัวเรา เมื่อเราไม่คบหรือเลิกคบคนชั่วในตัวเราแล้ว ก็เป็นการตัดการคบคนชั่วข้างนอกไปโดยปริยาย เพราะว่าการคบคนชั่วข้างนอกนั้นเกิดจากการคบคนชั่วข้างในนั้นเองเป็นเหตุ

ในวิธีการเลิกคบคนชั่วนั้น ท่านแนะให้สำรวมระวังมิให้คนชั่วทั้งภายในและภายนอกมาชวนเราไปในทางผิด เช่น ไปทำร้ายกัน ไปเบียดเบียนสมบัติกัน ไปสำส่อนทางเพศ ไปโกหกหลอกลวงและไปเสพของมึนเมา เมื่อเราสำรวมระวังไม่คบคนชั่วแล้ว ก็พึงหันมาคบคนดีแทน เพราะคนดีไม่ว่าจะดีภายในหรือดีภายนอกย่อมจะทำให้เราพ้นจากความเสื่อม ประสบแต่ความเจริญรุ่งเรืองได้ และการไม่คบคนชั่วอีกทั้งคบคนดีนั้น **ควรเน้นคนชั่วและคนดีภายในตัวเองให้มาก** เพราะคนชั่วและคนดีภายในตัวเองนั้นสำคัญกว่าคนชั่วและคนดีภายนอก เนื่องจากใกล้ชิดสนิทสนมและสามารถชักชวนเราได้ตลอดเวลา

รักษาศีลได้อานิสงส์อย่างไรบ้าง ?

ศีลเมื่อเรารักษาแล้ว ย่อมเกิดอานิสงส์หรือเกิดประโยชน์แก่ผู้รักษาอย่างน้อย ๓ ประการ คือ

๑. **ศีลพาไปสุคติได้** (สีเลนะ สุคะติง ยันติ) สุคติมีหลายระดับ แต่สุคติที่สัมผัสได้ก็คือสุคติที่อยู่ใกล้ ๆ ตัวผู้นับถือจึงควรเน้นสุคติระดับนี้ให้มาก ไม่ควรเน้นสุคติที่ห่างตัวหรือสุคติที่สูงเกินไป และสุคติที่ใกล้ ๆ ตัวนั้นก็ควรเน้นอย่างสมเหตุสมผลโดยเน้นแต่น้อย เหมือนเด็กเข้าเรียนชั้นอนุบาล มีความสามารถเขียน ก กับ ข ได้ก็พอแล้ว

สำหรับสุคติใกล้ ๆ ตัวนั้น หมายถึงทางชีวิตที่ราบรื่น ดำเนินชีวิตสะดวก ไม่ถูกตำรวจจับกุม ไม่ต้องถูกขังในห้องขัง ไม่ต้องไปขึ้นศาลในฐานะจำเลย ไม่ต้องไปติดคุกติดตะรางในฐานะผู้ต้องขัง นี้คือสุคติใกล้ ๆ ตัว ลองพิจารณาดู ชาวบ้านไล่ปลวกที่ขึ้นบ้าน ทหารไปต่อสู้กับข้าศึกที่รุกรานประเทศ ชาวประมงออกจับปลาในทะเล ทั้ง ๓ ตัวอย่างนี้ ไม่มีใครติดคุกเลย เพราะปฏิบัติการเช่นนั้นเป็นปกติของพวกเขา

๒. **ศีลทำให้มีโภคะทรัพย์** (สีเลนะ โภคะสัมปะทา) โภคะทรัพย์มีหลายระดับ แต่โภคะทรัพย์ที่ควรเน้นให้มากก็คือการมีกินมีใช้ ไม่อดตาย เพราะคนดี เช่นคนที่ไม่รังแกเพื่อนบ้าน ไม่ลักเล็กขโมยน้อย ไม่ไปสำส่อนกับลูกกับเมียใคร ไม่โกหกหลอกลวง ไม่พูดจายุยงใครให้แตกสามัคคี ไม่ด่าว่าคนอื่นด้วยคำหยาบคาย ไม่พูดจาเหลวไหล และไม่เสพสิ่งเสพติด คนดีอย่างนี้จะอยู่ที่ไหนและไปที่ไหนรับรองได้ว่าไม่มีใครปล่อยให้อด

ตายอย่างแน่นอน

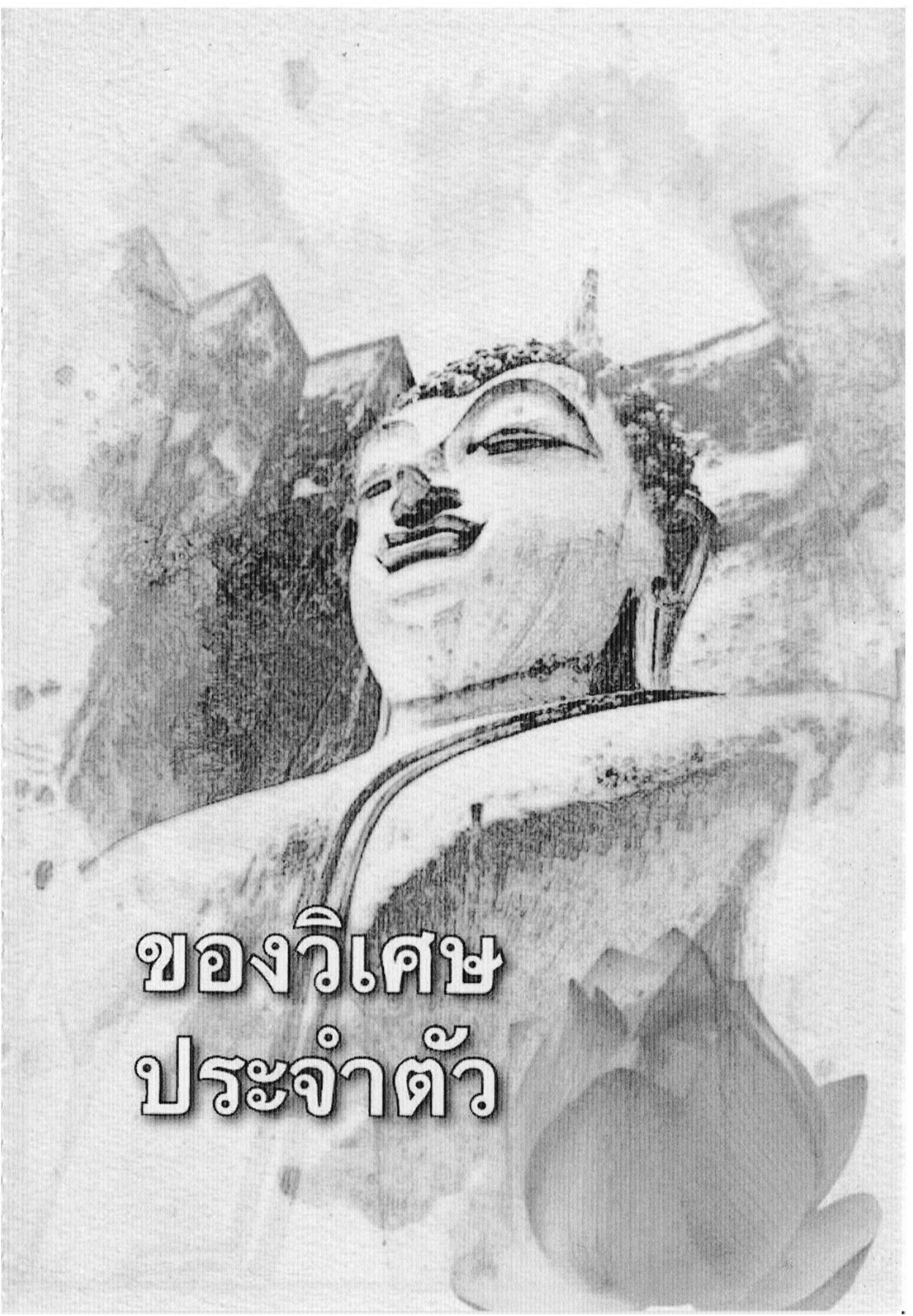
คำว่า **ศีลทำให้มีโภคะทรัพย์** นั้น ไม่ควรไปแนะนำสิ่งที่ห่างไกลเกินไป เช่น การเป็นเศรษฐี หรือมหาเศรษฐี เพราะเป็นเศรษฐีหรือมหาเศรษฐีนั้นเป็นได้ไม่กี่คน แนะนำเพียงว่าถ้าคนไม่รักษาศีล ๕ เที่ยวรังแกเพื่อนบ้าน ลักเล็กขโมยน้อย เป็นต้น ชีวิตจะต้องอดอยากยากจนอย่างแน่นอน นำผลที่จะเกิดขึ้นในปัจจุบันทันตาเห็นมาแนะนำ จะสำเร็จประโยชน์มากกว่า

๓. **ศีลช่วยดับความทุกข์ได้** (สีเลนะ นิพพุติง ยันติ) ทุกข์นั้นมีหลายลักษณะ แต่การดับทุกข์ในที่นี้ หมายถึงดับทุกข์ในปัจจุบันเป็นสำคัญ ไม่ใช่ดับทุกข์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตซึ่งอยู่ห่างไกลตัว เมื่อดับแล้วก็ทำให้ชีวิตในปัจจุบันอยู่เย็นเป็นสุข ไม่เดือดร้อน จริงอยู่ ทุกข์โดยทั่วไปเช่นทุกข์ประจำสังขารยังมีอยู่อย่างแน่นอน แต่ทุกข์เพราะเบียดเบียนเขา ลักของเขา ผิดลูกเมียเขา โกหกหลอกลวงเขา เสพสิ่งเสพติดให้โทษจะไม่มีทางเกิดขึ้น

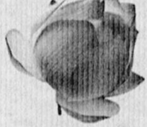
คำว่า **ศีลช่วยดับความทุกข์ได้** นั้น จึงควรเน้นดับทุกข์ดับปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันเป็นหลัก โดยทุกข์เป็นผลเกิดจากสาเหตุใด ก็ให้รู้จักสาวไปหาสาเหตุนั้น จากนั้นก็อย่าไปสร้างสาเหตุนั้นต่อไปอีก ตามหลักอริยสัจ ๔

สรุปว่า การรักษาศีลนั้น ต้องรักษาตั้งแต่พื้นฐานขึ้นไป ประดุจการหัดว่ายน้ำก็ต้องหัดที่ริมฝั่งก่อน เมื่อชำนาญแล้วจึง

ขยับออกไปว่ายในน้ำลึกซึ่งอยู่ห่างฝั่งออกไป ถ้าไม่หัดว่ายตามวิธีนี้ แต่ไปหัดว่ายกลางน้ำลึกตั้งแต่เริ่มต้นเลยก็อาจจมน้ำตายได้ อนึ่ง บริเวณริมฝั่งที่หัดว่ายน้ำนั้น แม้จะมีสิ่งสกปรกปะปนอยู่ในน้ำ มีดินมีทรายและเศษขยะติดตัวบ้างก็ต้องยอม ข้อนี้ฉันใด การรักษาศีลก็ฉันนั้น ควรเริ่มต้นรักษาตั้งแต่พื้นฐานขึ้นไป แม้ในระยะแรก ๆ จะรักษาได้ไม่สมบูรณ์ คือยังมีผิดมีบาปอยู่บ้างก็ต้องยอมเช่นเดียวกัน สำหรับอานิสงส์ของการรักษาศีลควรสนใจอานิสงส์ที่อยู่ใกล้ ๆ ตัวเป็นสำคัญ ไม่พึงเน้นอานิสงส์ที่ห่างตัว หรือเน้นการปฏิบัติที่เคร่งครัดเกินไป จนเขาทำไม่ได้ และอานิสงส์นั้นไม่พึงเน้นอานิสงส์ชั้นสูง เน้นแต่เพียงว่า เมื่อรักษาศีลแล้วชีวิตดำเนินไปโดยราบรื่น มีกินมีใช้โดยไม่อดตาย และมีชีวิตที่สงบสุขไม่เดือดร้อนเพราะทำผิด ก็ถือว่าสำเร็จประโยชน์มากแล้ว



ของวิเศษ ประจำตัว



พุทธศาสนสุภาษิต

อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ โก หิ นาโถ ปโร สิยา
อตฺตนา หิ สุทนฺเตน นาถํ ลภติ ทุลฺลภํ.

ตนแลเป็นที่พึ่งของตน คนอื่นใครเล่า จะเป็นที่พึ่งได้
ก็บุคคลผู้มีตนฝึกฝนดีแล้ว ย่อมได้ที่พึ่งที่ได้โดยยาก.

ขุ. ธ. ๒๕/๒๒/๓๓.



ของวิเศษประจำตัว

***

ของวิเศษนั้นคืออะไร

ชีวิตทุกชีวิตเมื่อเกิดมาแล้ว ล้วนมีเป้าหมายอย่างเดียวกัน คือความสุขความเจริญในชีวิต และความสุขความเจริญนั้น สามารถสร้างให้เกิดขึ้นได้ด้วยการใช้ กาย วาจา ใจ ปัญญา และสตินี่เอง เพราะทั้ง ๕ อย่างเป็นของวิเศษประจำตัว ใครใช้เป็นก็พาชีวิตพ้นทุกข์ประสบความสุขได้

กายเป็นของวิเศษอย่างไร ?

กายในที่นี้ หมายถึงการกระทำทางกายเท่านั้น การกระทำทางกายส่วนมากก็จะใช้อวัยวะ ๒ อย่างทำ คือใช้มือและใช้เท้า เช่น ใช้มือในการเขียนหนังสือ ใช้เท้าในการเดิน เป็นต้น

การกระทำสำคัญอย่างไร ? การกระทำนั้น เมื่อกระทำแล้ว ก็ต้องมีผลเกิดขึ้น ผลนั้นเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็เป็นเหตุให้อยากจะทำต่อไปอีก ส่วนจะทำแบบเดิมหรือแตกต่างจากเดิม ก็ขึ้นอยู่กับผลว่าเป็นที่พอใจหรือไม่ ถ้าผลเป็นที่พอใจก็ทำแบบเดิม ถ้าไม่เป็นที่พอใจก็เปลี่ยนไปทำแบบอื่น กิเลสเป็นเหตุให้มนุษย์ทำกรรม

เมื่อทำก็บังเกิดผล ผลนั้นก็เป็นเหตุให้เกิดกิเลสอีกครั้ง จากนั้นก็ทำกรรมอีก เกิดผลอีก หมุนเวียนกันไปอย่างนี้จนกว่าชีวิตจะหาไม่

มือและเท้าที่ใช้ทำกรรมนี้ หากเจ้าของใช้ปัญญาพินิจพิจารณาเลือกทำแต่สิ่งที่สร้างสรรค์ และใช้สติกำกับการกระทำตามที่พินิจพิจารณาแล้วนั้น ก็หวังได้ว่าชีวิตจะพ้นจากความเสื่อมและประสบความเจริญก้าวหน้า แต่หากทำโดยปราศจากปัญญาและสติกำกับแล้ว ก็จะประสบกับสิ่งตรงกันข้าม คือทำให้ชีวิตตกต่ำและประสบกับความทุกข์อยู่เนือง ๆ

ตัวอย่างการใช้มือกระทำสิ่งที่สร้างสรรค์ แบบพื้น ๆ ก็อย่างเช่น ใช้มือจับจอบจับเสียม เพื่อขุดดินปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหาร ทำให้มีกินมีใช้ไม่อดอยาก ใช้มือจับปากกาดินสอ เพื่อขีดเขียนเรียนหนังสือ หาวิชาความรู้ใส่ตัว สำหรับก้าวสู่การงานที่ดีในอนาคต ใช้มือจับขันจับสบู่ เพื่ออาบน้ำถูตัวให้ตนเองและลูกหลานให้สะอาดเรียบร้อย จะได้สบายเนื้อสบายตัว อยู่ดีมีสุข ใช้มือล้างถ้วยโถโอชามให้สะอาดปราศจากเชื้อโรค เพื่ออนามัยที่ดีของตนและคนอื่น ใช้มือจับพวงมาลัย เพื่อควบคุมให้รถแล่นไปตามท้องถนนที่ปลอดภัย ใช้มือไหว้พระไหว้เจ้าและไหว้ผู้หลักผู้ใหญ่ เพื่อแสดงความเคารพท่านเหล่านั้นตามควรแก่ฐานานุรูป ใช้มือจับหม้อข้าวหม้อแกงเพื่อหุงข้าวและทำแกงรับประทานอาหาร เพื่อบริโภคบำบัดความหิวแก่ตนและบุคคลในครอบครัว การใช้มือกระทำสิ่งที่สร้างสรรค์ดังกล่าว ทำให้

ชีวิตผู้กระทำพ้นจากทางเสื่อมในชีวิต คือความยากจนข้นแค้น การถูกดูหมิ่นเหยียดหยาม และการไร้ญาติขาดมิตร เป็นต้น และประสบความเจริญก้าวหน้าคือ พรั่งพร้อมด้วยทรัพย์ ได้รับเกียรติยศชื่อเสียง และมีญาติมิตรบริวารแวดล้อม มือจึงเป็นของดีของวิเศษที่ธรรมชาติให้แก่คนทุกคนตั้งแต่เกิด อย่างไรก็ตาม มือนี้จะกลายเป็นเสียดจัญไรทันที เมื่อใช้ในทางที่ไม่สร้างสรรค์ เช่น แทนที่จะใช้จับจอบจับเสียมเพื่อปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหาร ก็ไปจับปืนจับมีด เพื่อเข่นฆ่าบุคคลอื่น แทนที่จะใช้จับปากกาหรือดินสอ เพื่อขีดเขียนเรียนหนังสือ ก็ไปจับบุหรี่หรือกัญชายาเสพติด เพื่อเสพและเพื่อขาย แทนที่จะจับขันจับสบู่เพื่ออาบน้ำชำระตัว ก็ไปเที่ยวจับอวัยวะหวงห้ามของคนอื่นจนมีเรื่องมีราวกัน แทนที่จะใช้มือบังคับพวงมาลัยรถหรือเรือเพื่อความปลอดภัยในการเดินทาง ก็ใช้มือนั้นไปเล่นโทรศัพท์เคลื่อนที่ขณะขับรถหรือเรือนั้น เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุได้ แทนที่จะใช้มือไหว้พระและไหว้ครูอาจารย์ ก็ใช้ไปชี้หน้าหาเรื่องกับบุคคลอื่น

สำหรับเท้าก็สำคัญเช่นกัน ตัวอย่างการใช้เท้าในทางที่สร้างสรรค์ เช่น ใช้เดินไปทำงาน ใช้เดินไปเรียนหนังสือ ใช้ยืนเคารพธงชาติ ใช้ยืนเข้าคิวในเวลาติดต่องาน ใช้เดินขึ้นลงบันได ใช้วิ่งออกกำลังกาย ใช้วิ่งหนีภัย ใช้ถีบหรือเตะเพื่อการออกกำลังกาย ใช้ถีบหรือเตะเพื่อการแข่งขันกีฬา ใช้เดินไปเกี่ยวข้าว ใช้เดินไปทำสวนทำไร่ ใช้เดินไปวัดไปวา เป็นต้น

การใช้เท้ากระทำกิจในลักษณะดังกล่าว ทำให้ชีวิตผู้กระทำไม่ตกไปทางเสื่อมและประสบความเจริญก้าวหน้าดังกล่าวแล้วเช่นกัน เท้าจึงเป็นของวิเศษ ที่ธรรมชาติให้แก่คนทุกคนตั้งแต่เกิด อย่างไรก็ตาม เท้านี้ จะกลายเป็นเสียดจัญไรทันที เมื่อใช้ในทางที่ไม่สร้างสรรค์ เช่น แทนที่จะใช้เพื่อเดินไปทำงาน ก็ใช้ไปฉกชิงวิ่งราวทรัพย์ของคนอื่น แทนที่จะใช้เพื่อเดินไปเรียนหนังสือ ก็ใช้เดินไปเข้าโรงบ่อนเพื่อเล่นการพนัน หรือเดินไปกินเหล้าเมายา แทนที่จะใช้ยืนเคารพธงชาติ หรือใช้ยืนในเวลาเข้าคิว ก็ใช้ยืนขวางทางคนอื่น แทนที่จะใช้เดินไปวัดไปวา ก็ใช้เดินไปเที่ยวเตร่เฮฮาตามสถานเริงรมย์ต่าง ๆ เป็นต้น

วาจาเป็นของวิเศษอย่างไร ?

วาจาในที่นี้ หมายถึงคำพูดที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและบุคคลอื่นเป็นหลัก ไม่ว่าจะดีหรือร้ายก็ตาม คำพูดที่ดี เช่น คำพูดที่เป็นสัตย์จริง ไม่โป้ปดมดเท็จ คำพูดที่ประสานสามัคคี ไม่ทำให้คนทะเลาะกัน คำพูดที่ไพเราะอ่อนหวาน ไม่หยาบคาย คำพูดที่ดีมีสาระ ไม่พูดเหลวไหล คำเหล่านี้ หากใครพูดจนเป็นนิสัย ย่อมเป็นที่เชื่อถือและได้รับความร่วมมือจากคนอื่น ตัวอย่างคำพูดที่ดีแบบพื้น ๆ เช่น คำที่บุตรเรียกบิดาว่า พ่อ เรียกมารดาว่า แม่ คำว่าสวัสดี คำว่าขอบคุณ คำว่าไม่เป็นไร คำว่าขอโทษ คำว่า

ขออภัย คำเหล่านี้ เมื่อใครพูดก็แสดงให้เห็นถึงความเป็นผู้มีจิตใจรักดี เป็นสุภาพชน รู้จักรับผิดชอบ ส่วนผู้ที่ได้ยินได้ฟังคำเช่นนั้นก็รู้สึกว่าได้รับเกียรติจากผู้พูด จึงพร้อมที่จะแสดงไมตรีตอบ คำดังกล่าวจึงจัดว่าเป็นคำวิเศษ

นอกจากนั้น ก็ยังมีคำวิเศษอีกมากที่พูดออกมาแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ เช่น คำพูดที่ชักชวนให้ขยัน ให้อดทน ให้เสียสละ ให้สามัคคี ให้พึ่งตนเอง ให้มีความกตัญญูกตเวที ให้มีจิตอาสา คำเหล่านี้ล้วนแต่เป็นคำดีทั้งสิ้น เพราะทำให้ผู้คนในสังคมมีความเอื้ออาทรต่อกัน และช่วยเหลือเกื้อกูลกันตามสมควรแก่ฐานะ

ส่วนคำที่ไม่ดีนั้น ก็คือคำที่ตรงข้ามกับที่กล่าวแล้ว เช่น แทนที่จะพูดทักทายสวัสดีเวลาพบกัน ก็กลับเมินเฉยเหมือนไม่รู้จักกัน อย่างนี้นอกจากจะไม่ส่งเสริมความรักความสามัคคีต่อกันแล้ว ยังแสดงถึงการไม่มีวัฒนธรรมที่ดีอีกด้วย หรือแทนที่จะพูดคำขึ้นต้นด้วยคำว่าคุณหรือผม ซึ่งเป็นคำรื่นหูเสนาะโสตแก่ผู้ฟัง กลับไปพูดขึ้นต้นด้วยคำอื่นที่ระคายหู เช่นคำว่ากู คำว่ามึง เป็นต้น ทำให้คนอื่นหน่ายหนี ทำให้ผู้หลักผู้ใหญ่หมดความเอ็นดู ผู้พูดเช่นนี้จึงยากที่จะประสานไมตรีกับใครได้ หรือแทนที่จะพูดเพื่อชื่นชมความดีของคนอื่น หรือพูดแนะนำเขาด้วยเมตตาจิต หรือพูดชักชวนให้เกิดความขยัน ประหยัด มีความรับผิดชอบ และรู้จักอดออมบ้าง ก็กลับไปพูดตำหนิหรือนินทาเขา หรือชักชวนเขาในทาง

เที่ยวเตร่ ทอดทิ้งครอบครัวให้ลำบาก ซึ่งคำพูดลักษณะนี้นอกจากสร้างศัตรูแล้ว ยังเป็นคำเสนียดจัญไร ไม่เป็นมงคลทั้งแก่ผู้พูดและผู้ฟังทั้งสองฝ่าย

ใจเป็นของวิเศษอย่างไร ?

ใจนั้นแม้เป็นสิ่งไม่มีรูปร่าง สัมผัสจับต้องไม่ได้ แต่ก็มีอำนาจเหนือกายกับวาจา เพราะทำหน้าที่เป็นประธาน เป็นหัวหน้าในการกระทำและการพูดทั้งหมด หมายความว่ากายกับวาจาจะทำดีพูดดีให้ชาวโลกชื่นชม หรือทำชั่วพูดชั่วให้ชาวโลกสาปแช่ง ก็เริ่มมาจากใจทั้งสิ้น ถ้าไม่มีใจเริ่มก่อนแล้ว กายกับวาจาก็ทำดีพูดดีหรือทำชั่วพูดชั่วไม่ได้

ดังนั้น การอบรมใจให้รู้จักรับผิดชอบชั่วดี เป็นใจที่ดีงาม เช่น ให้มีหิริและโอตตัปปะคือละอายชั่วกลัวบาป และให้มีความอดทน ขยันขันแข็ง ให้มีความซื่อสัตย์สุจริต เป็นต้น ถ้าทำได้ก็เท่ากับอบรมกายและวาจาไปในตัวด้วย เพราะใจที่ดีงามนั้นจะบังคับกายกับวาจาที่ยังไม่ดีให้กลายเป็นดีได้

ตัวอย่างใจที่ดีงาม เช่น ใจที่มีเมตตากรุณาต่อผู้อื่น ใจที่เบาบางจากโลภโกรธและหลง ใจที่ไม่ถูกนิวรณ์ครอบงำ ใจที่เอื้ออาทรต่อเพื่อนมนุษย์ ใจที่สงบเยือกเย็น ใจที่สุจริตคือไม่โลภอยากได้ของเขา ไม่พยาบาทปองร้ายเขา ไม่เห็นผิดจากทำนองคลอง

ธรรม ใจที่รู้จักรับผิดชอบ ใจที่เป็นจิตอาสา ใจที่รู้จักให้อภัย ใจที่รู้จักขอโทษ ใจที่รู้จักให้เกียรติบุคคลอื่น ใจที่รักดีใฝ่ดี ใจที่ไม่ตามใจตนเอง ใจที่มีความกตัญญูกตเวที ใจที่มีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ ใจที่รักเกียรติรักศักดิ์ศรีของตนเอง ใจที่พร้อมจะสมัครสมานสามัคคีกัน ใจที่คิดจะทำงานโดยไม่หวังผลตอบแทน และใจที่ไม่คิดร้ายต่อคนอื่น เป็นต้น

ใจนั้น ถ้าไม่ได้รับการฝึกฝนให้ดีไว้ก่อนแล้ว ก็มักจะคิดแต่เรื่องผิด ๆ ตามความอยากของตนได้ แล้วบังคับกายวาจาให้ดำเนินไปในทางที่ผิดไปด้วย แต่ถ้าได้รับการฝึกฝนให้ดีแล้ว ใจก็จะคิดแต่สิ่งดี ๆ สอดคล้องตามทำนองคลองธรรม นำกายวาจาให้ดำเนินในทางที่ดีต่อไป เพราะปกติของใจนั้นข่มได้ยาก เกิดและดับเร็ว ชอบคิดพล่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ การฝึกฝนใจด้วยอุบายที่ชอบ เช่น ให้รู้จักคิดในทางเสียสละ รู้จักคิดในทางรักและปรารถนาดีต่อกัน รู้จักใช้ปัญญาให้รู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ ตามเป็นจริง ฝึกฝนอย่างนี้จะทำให้จิตกลายเป็นจิตดีจิตวิเศษได้

พึงระลึกไว้เสมอว่า จิตนั้นถ้ามิได้มีการฝึกฝนไว้ เวลาประสบปัญหาก็ไม่มีหลักในการคิด ทำให้คิดผิดได้ตลอดเวลา และในที่สุดก็พากายกับวาจาให้ทำและพูดผิดไปด้วย แต่ถ้าได้ฝึกฝนแล้ว เวลาประสบปัญหาก็มีหลักในการคิด คือคิดในทางที่ถูก เมื่อคิดถูกก็เป็นหนทางให้เกิดสุขต่อไป เพราะทุกข์เป็นผลของความไม่ฝึกจิต ส่วนสุขเป็นผลของความฝึกฝนจิต นั่นเอง

ปัญญาเป็นของวิเศษอย่างไร

ปัญญา หมายถึงความรู้จักดีรู้จักชั่ว รู้จักคุณรู้จักโทษ และรู้จักประโยชน์มิใช่ประโยชน์ ซึ่งเกิดขึ้นจากการฟัง การคิด และการอบรมสิ่งที่ดี ปัญญานี้ เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็จะทำหน้าที่วินิจฉัยกิจที่ทำคำที่พูดของตนและของคนอื่นว่าถูกต้องหรือไม่ ถ้าเห็นว่าไม่ถูกต้อง ก็แก้ไขกิจที่ทำคำที่พูดนั้นให้ถูกต้องต่อไป ปัญญาทำให้คนรู้จักละชั่ว ทำดี อีกทั้งทำจิตใจให้ผ่องใสได้ การมีปัญญาจึงเป็นเงื่อนของความเจริญก้าวหน้าในชีวิตของมนุษย์แต่ละคน มีมากก็ป้องกันความเสื่อมได้มาก และทำให้ชีวิตเจริญได้มาก มีน้อยก็ป้องกันความเสื่อมของชีวิตได้น้อย และทำให้ชีวิตเจริญได้น้อย

นัยตรงกันข้าม คนที่ขาดปัญญา เขาย่อมไม่รู้จักดีรู้จักชั่วที่ตัวเองคิดตัวเองพูดและตัวเองกระทำลงไป เหตุนั้นจึงคิดพูดและทำในสิ่งที่ทำให้ชีวิตเสื่อมจากความเจริญ และประสบกับความทุกข์ตลอดเวลา ปัญญาจึงเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิต ดังพุทธศาสนสุภาษิตว่า “**ปัญญาเป็นแสงสว่างในโลก, ปัญญาเป็นรัตนะของนรชน, การได้ปัญญานำมาซึ่งความสุข, ปัญญาย่อมปกครองคนนั้น** และ **ปัญญาแลประเสริฐกว่าทรัพย์**”

ปัญญานั้นพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ด้วยวิธี ๓ อย่าง คือ สุตมยปัญญา ปัญญาเกิดจากการฟัง จินตามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการคิด และภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากการอบรม

ปัญญาเกิดจากการฟังนั้นอย่างไร ? การสดับตรับฟังเรื่องราวศิลปะหรือวิทยาอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือสดับตรับฟังสุภาษิตธรรมปฏิบัติอันใดอันหนึ่ง เมื่อฟังมากครั้งหลายคราวเข้า สิ่งที่ยังไม่เคยฟังก็จะได้ฟัง สิ่งที่เคยฟังแล้วฟังซ้ำอีกก็เกิดความแม่นยำชำนาญขึ้น จะบรรเทาความสงสัยเสียได้ ทำความเห็นให้ตรง เกิดจิตเลื่อมใสมากขึ้น การสดับตรับฟังจึงให้เกิดปัญญาประการหนึ่ง เรียกว่าสุตมยปัญญา

ปัญญาเกิดจากการคิดนั้นอย่างไร ? การคิดสิ่งหนึ่งสิ่งใด เมื่อคิดไป ๆ หมั่นตริตรองพิจารณาเรื่องนั้นบ่อยเข้า ก็ทำให้เกิดปัญญา คือความรู้ที่ชัดเจน ละเอียดลออ และเป็นความรู้ที่ลึกซึ้งมากขึ้น ทำให้นำความรู้นั้น ๆ ไปใช้ประโยชน์ได้อย่างถูกต้อง เพราะฉะนั้น การคิดจึงให้เกิดปัญญาประการหนึ่ง เรียกว่าจินตามยปัญญา

ปัญญาเกิดจากการอบรมนั้นอย่างไร ? การอบรม เช่น การเจริญกัมมัฏฐานอันใดอันหนึ่ง เมื่อทำบ่อย ๆ เข้าจะเกิดปัญญา คือรู้เห็นตามเป็นจริง เป็นการรู้ด้วยปัญญาตนเอง ทำให้เปลี่ยนทัศนะคติต่อการดำเนินชีวิต เช่นทำให้งดเว้นสิ่งที่เป็นโทษ และประพฤติสิ่งที่เป็นคุณด้วยตนเองได้ เพราะฉะนั้น การอบรมจึงเป็นทางหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญญา เรียกว่าภาวนามยปัญญา

ด้วยเหตุที่ปัญญามีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตทั้งในทางโลกและทางธรรม ดังนั้น จึงควรอบรมปัญญาให้มากขึ้นด้วยการ

ฟังคำสอนของบัณฑิต เก็บมาคิดให้เข้าใจ หากสงสัยก็ไต่ถาม แล้วพยายามจดจำและปฏิบัติตาม ก็ย่อมได้ปัญญาเพิ่มขึ้น สามารถรู้สิ่งที่ควรรู้ตามเป็นจริงได้

สติเป็นของวิเศษอย่างไร

สติ แปลว่า ความระลึกรู้ หมายถึงระลึกรู้ถึงกิจที่ทำคำที่พูดที่ผ่านไปแล้วแม้นานได้ สตินอกจากระลึกรู้ได้ในเรื่องที่ผ่านมาแล้ว ยังระลึกรู้ได้ถึงเรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึงอีกด้วย เช่น มีการนัดหมายกับใครที่ไหน วันเวลาเท่าไร ก็ระลึกรู้ได้ถึงรายละเอียดของนัดหมายนั้นไม่ลืมเลือน

สตินี้เมื่อมีอยู่ในบุคคลใดแล้ว ก็จะทำให้บุคคลนั้นสามารถควบคุมการกระทำ การพูด และการคิด ของตนให้ดำเนินไปในทางที่สร้างสรรค์ได้ สติจึงมีอุปการะมากในการดำเนินชีวิตของคนทุกคน ดังพุทธศาสนสุภาษิตว่า “**สติเป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่ในโลก, สติจำปรารถนาในที่ทั้งปวง, คนมีสติมีความเจริญทุกเมื่อ**” เป็นต้น

สตินั้นมีความสำคัญเท่ากับความไม่ประมาท เพราะความไม่ประมาท ก็คือการไม่อยู่ปราศจากสตินั้นเอง ฉะนั้น สติจึงเป็นธรรมใหญ่กว่าธรรมอื่น ๆ เพราะธรรมอื่น ๆ ล้วนรวมลงที่ความไม่ประมาท คือการไม่อยู่ปราศจากสติทั้งสิ้น

สตินั้นเป็นกุศลธรรมอย่างหนึ่ง ดังนั้น จึงต้องใช้เพื่อระลึกรู้

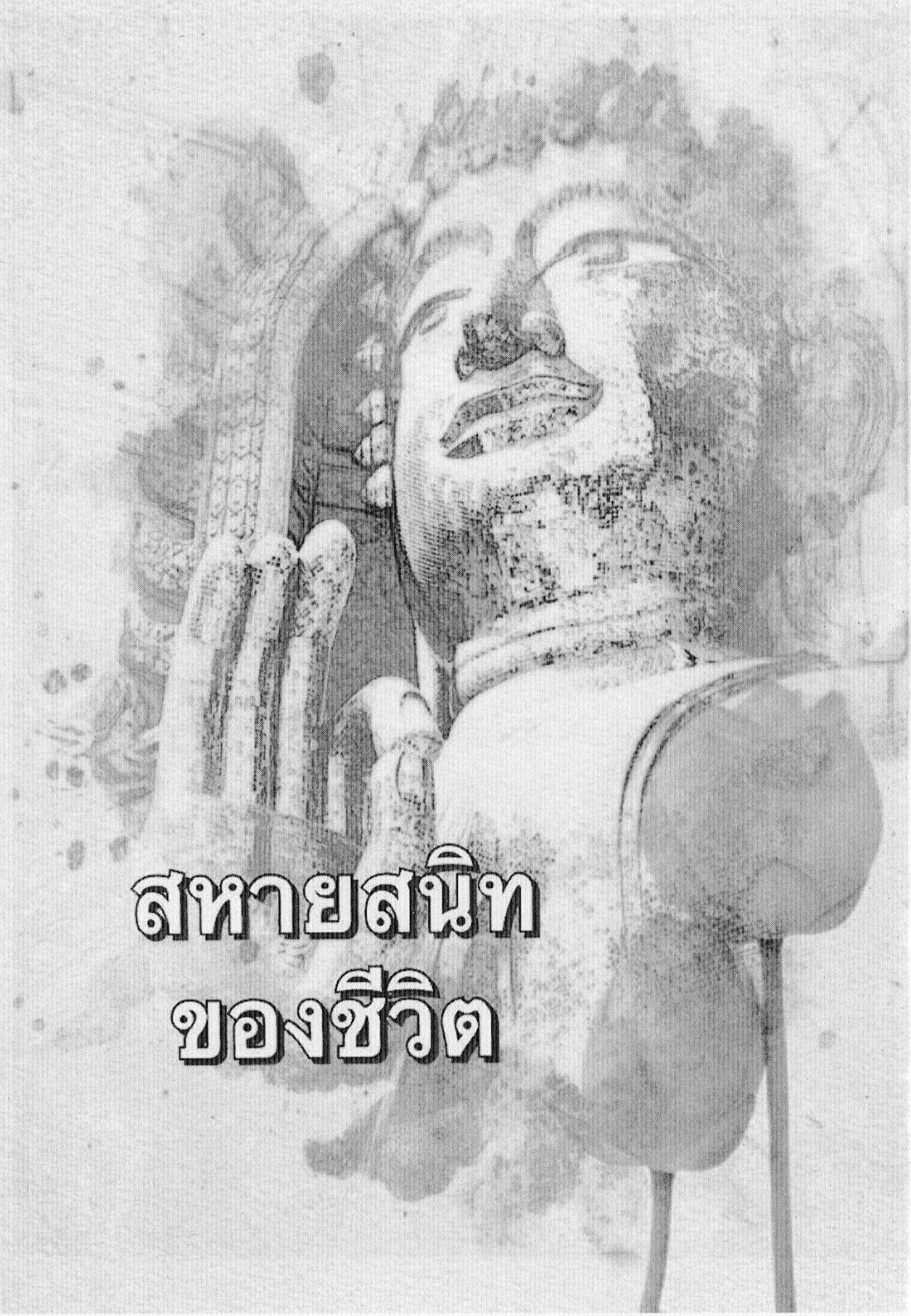
ในอารมณ์ที่ควรระลึก จึงจะชื่อว่าสติที่แท้จริง ถ้าระลึกในอารมณ์ที่ไม่ควรระลึก เช่น ระลึกถึงอารมณ์ที่ยั่วยวนใจให้รักใคร่ ที่ก่อให้เกิดขัดเคือง ที่ก่อให้ลุ่มหลง เช่นนี้หาชื่อว่าสติไม่ ต้องระลึกถึงอารมณ์ที่ไม่ให้เกิดความรัก ความขุ่นเคือง ความลุ่มหลง ตลอดจนระลึกได้แก่ พิจารณาเนือง ๆ ถึงกายคือรูปร่าง เวทนาคือความรู้สึก จิตคือความคิด ธรรมคือความดีความชั่วที่เกิดขึ้นหรือมีอยู่ว่า เป็นแต่สักว่ากาย เวทนา จิต ธรรม เท่านั้น หาใช่ตัวตนไม่

ในการดำเนินชีวิตของคนทั่วไป สติก็เป็นสิ่งจำเป็นจะขาดเสียมิได้ เพราะบุคคลบางคนนั้น มีภารกิจในแต่ละวันมาก จนแทบจะไม่มีเวลาเป็นของตัวเอง ต้องพูดจาติดต่อหรือแนะนำพร่ำสอนบุคคลอื่นหลายที่หลายแห่ง ต้องทำต้องพูดหลายเรื่องตั้งแต่เช้าจนเย็นค่ำ การที่เขาสามารถทำเช่นนั้นได้โดยไม่หลงลืมและผิดพลาด เพราะอาศัยสติคือความระลึกรู้ทั้งสิ้น ระลึกรู้แล้วจำไม่ได้ก็จดบันทึกไว้กันลืม หรือมีเลขาช่วยเตือนความจำ คนผู้ระลึกรู้แล้วไม่จดจำไว้ จะทำภารกิจดังกล่าวไม่ได้ เพราะจะผิดพลาดเสียหาย ไม่เป็นที่ไว้วางใจของคนอื่นได้ ยิ่งถ้าอายุมากขึ้นด้วยแล้วก็อาจจะหลงลืมสติได้ง่าย เพราะสัญญาคือความจำของคนชรานั้นลดน้อยถอยลงไปตามอายุขัย ไปตามวัยของชีวิต จึงหากจะรับภารกิจอะไรมาปฏิบัติ ต้องมีผู้ช่วยเหลือ เช่นช่วยทำให้หรือช่วยเตือนสติมิให้หลงลืม ดังปรากฏอยู่ทั่วไปในสังคมปัจจุบัน ที่ผู้มี

ตำแหน่งหน้าที่หลายคนไม่ได้ลงมือทำด้วยตนเอง แต่มีคนทำให้ ซึ่งก็ทำให้ภารกิจลุล่วงไปด้วยดีเช่นกัน

แต่ไม่ว่าจะทำเองหรือใครทำให้ก็ตาม ก็หนีไม่พ้นที่จะทำอย่างมีสติ หรือใช้สติในการทำทุกขั้นตอน เว้นจากสติแล้ว ภารกิจไม่ว่าจะเล็กหรือน้อย ก็ไม่อาจให้สำเร็จได้เลย สติจึงเป็นของวิเศษที่ช่วยชีวิตให้พ้นเสื่อม และประสบกับความเจริญได้ด้วยประการฉะนี้

สรุปว่า **กาย วาจา ใจ ปัญญา สติ** ทั้ง ๕ นี้เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด และพัฒนาให้เจริญงอกงามได้อีกในภายหลัง ดังนั้นเมื่อทุกคนได้ติดตัวมาแล้ว จึงควรใช้ในทางที่สร้างสรรค์ เช่น ใช้เพื่อละความไม่ดีในตัวเอง มีความเกียจคร้านไม่ทำการงาน ความเห็นแก่ตัว ความไม่อดทน ตลอดจนความโลภ ความโกรธ ความหลง และใช้เพื่อพัฒนาความดี เช่น การรักษาสัจจะคือความซื่อสัตย์ การทำงานด้วยขันติคือความอดทน การปรับตัวเองเพื่ออยู่ร่วมกับบุคคลอื่นให้มีความสุข การช่วยเหลืออนุเคราะห์สงเคราะห์ผู้อื่นตามควรแก่ฐานะ ทั้งนี้ เพื่อให้ชีวิตก้าวพ้นจากความเสื่อมและเข้าถึงความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปนั่นเอง แม้แต่ในเรื่องการสร้างมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และนิพพานสมบัติ ก็ทำได้ด้วย **กาย วาจา ใจ ปัญญา** และ**สติ** ของตนนี้ทั้งนั้น เพราะฉะนั้น **กาย วาจา ใจ ปัญญา** และ**สติ** จึงเป็นของวิเศษ เพราะสามารถบันดาลสิ่งดี ๆ ต่าง ๆ ตามที่มนุษย์ปรารถนาได้จริง



สหายสนิท
ของชีวิต



พุทธศาสนสุภาษิต

โย จ วสฺสสตํ ชีเว อปสฺสํ อุทยพฺพยํ
เอกาหํ ชีวิตํ เสยฺโย ปสฺสโต อุทยพฺพยํ.

ผู้ใดไม่เห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อม พึงอยู่ ๑๐๐ ปี ความเป็นอยู่วันเดียว ของผู้เห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อม ประเสริฐกว่าความเป็นอยู่ของผู้นั้น.

ขุ. ธ. ๒๕/๑๘/๒๗.

สหายสนิทของชีวิต

***

ความจริงของชีวิต

คนเราเมื่อถึงคราวเจ็บไข้ได้ป่วย จะปล่อยปละละทิ้งไม่ดูแลรักษาตัวก็ทุกข์ทรมานและตายได้ จึงต้องพาสังขารไปพบหมอเพื่อให้ช่วยตรวจและเยียวยารักษา เวลาไปโรงพยาบาลเราก็จะเห็นสภาพผู้เจ็บป่วยต่าง ๆ บางคนปวดหัวตัวร้อน บางคนปวดท้อง บางคนเป็นคนที่เราไม่รู้จัก แต่บางคนก็เป็นคนที่เรารู้จักดี บางรายเป็นคนใหญ่คนโต แต่เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ทั้งหมดก็มาโรงพยาบาลเช่นเดียวกัน นี้คือความจริงอย่างหนึ่งของชีวิต ที่เราพบเห็นเสมอเวลาไปโรงพยาบาล คนเราหนีความจริงข้อนี้ไม่พ้น ต้องเจ็บต้องป่วยในวันใดวันหนึ่งด้วยกันทั้งนั้น ปัญหามีอยู่ว่า ทำอย่างไรจึงจะไม่ให้จิตใจนั้นป่วยไปด้วย คือไม่ให้รู้สึกทุกข์ทรมานไปกับร่างกาย เรื่องนี้สำคัญมาก สำคัญแก่ผู้ป่วยด้วย สำคัญแก่หมอที่ทำการรักษา สำคัญแก่พยาบาลผู้ดูแลคนป่วย และสำคัญแก่ญาติของคนป่วยด้วย เพราะถ้ารู้วิธีปฏิบัติ ก็จะได้ไม่ป่วยใจจนเกินไป เมื่อร่างกายนั้นเกิดเจ็บป่วย

สหายสนิทคือใคร ?

สหายสนิทของชีวิต หมายถึงสหายที่ติดตามเรามาพร้อมกับการเกิด ซึ่งถ้าเราใช้ปัญญาก็จะรู้จักสหายเหล่านั้นชัดเจน สหายสนิทที่ว่านี้ ได้แก่ ความแก่ ความเจ็บ และความตาย เพราะทั้ง ๓ เป็นสหายกับเรามาตั้งแต่เกิด ไปไหนก็ไปกับเรา อยู่ไหนก็อยู่กับเรา ไม่เคยห่าง แยกไม่ออกจากชีวิตเรา ไม่ว่าจะชอบหรือชังก็ตาม เขาก็ต้องอยู่กับเรา เนื่องจากเมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องมีการแก่ การเจ็บ และการตายตามมาด้วย แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า เวลาคนเกิด พ่อแม่และญาติพี่น้องจะรู้สึกยินดีปรีดากับการเกิดนั้น แต่พอถึงเวลาแก่ เวลาเจ็บ และเวลาตาย เรากลับรู้สึกตรงกันข้าม คือรู้สึกสลดหดหู่ ทุกข์โทมนัส ไม่เหมือนกับวันเกิดเลย ที่เป็นเช่นนี้เพราะว่าเรายอมรับแต่การเกิด แต่ไม่ยอมรับสหายสนิทของการเกิดนั้น จึงทำให้เกิดความยินดีเฉพาะเมื่อเกิด และเกิดความยินร้ายเมื่อแก่เจ็บและตาย แต่ถ้าเรายอมรับได้ว่าการแก่การเจ็บและการตายนั้นเป็นสหายสนิทของการเกิดแล้ว ความทุกข์โศกก็จะไม่มี หรือมีแต่ก็น้อยเนื่องจากยอมรับกันมาตั้งแต่ต้น

ความแก่คืออะไร ?

ความแก่ คือการที่ร่างกายเสื่อมลง สภาพดังกล่าวเป็นเหตุให้เกิดทุกข์แก่ผู้เป็นเจ้าของ เพราะทำอะไรไม่สะดวก เดินเหินไม่คล่อง ลุกนั่งลำบาก และเป็นบ่อเกิดของโรคต่างๆ ตั้งแต่โรคเล็กๆ น้อยๆ จนกระทั่งโรคใหญ่ที่ทำให้เสียชีวิต ความแก่นี้เป็นสหายสนิทของเรามาตั้งแต่เกิด ไม่ใช่มาเป็นเมื่ออายุย่างเข้า ๖๐ ปีแล้วเท่านั้น เพราะความแก่มี ๒ อย่าง คือ

๑. **ปฏิจฉันนชรา** ได้แก่ ความแก่ที่ปกปิด คือไม่เปิดเผยแก่ทุกวินาที หมายถึงความแก่ที่เริ่มตั้งแต่อยู่ในครรภ์ของมารดา แล้วคลอดออกมาก็เจริญเติบโตเป็นเด็กเล็ก เด็กใหญ่ เป็นหนุ่มเป็นสาว จากหนุ่มสาวรุ่น เป็นหนุ่มสาวใหญ่ เป็นความเจริญเติบโตเต็มที่ของชีวิต แก่แบบนี้ท่านเรียกว่าปฏิจฉันนชรา

ปฏิจฉันนชรานั้น คนทั่วไปมักคิดว่ามิใช่ความแก่ แต่มองเห็นเป็นความเจริญ ถ้าเปรียบเทียบกับผลไม้ก็คือว่า เราเรียกความแก่ขึ้นของผลไม้ว่าผลไม้แก่ ความจริงผลไม้นั้นก็เริ่มมาตั้งแต่ต้นจนปรากฏเป็นผลเล็กๆ แล้วก็โตขึ้นๆ ไปตามลำดับ จากผลไม้อ่อนก็แก่ขึ้นๆ เป็นแก่เต็มที่จึงเรียกกันว่าผลไม้แก่

๒. **อัปปฏิจฉันนชรา** ได้แก่ ความแก่ที่ไม่ปกปิด คือเปิดเผย หมายถึง ความชราที่เกิดขึ้นตามกาลเวลา เช่น ฟันหัก ผมหงอก หนังเหี่ยว หลังโกง เป็นต้น เป็นความชราที่ปรากฏชัดเจน

เนื่องจาก เมื่อร่างกายเจริญเติบโตเต็มที่แล้วก็เริ่มเสื่อมลง จึงเรียกว่าเป็นความแก่ลง แก่ลงไปเรื่อยๆ ยิ่งแก่เท่าไร อาการต่างๆ ก็ปรากฏชัดเจนเท่านั้น สังเกตเห็นได้ จึงเรียกว่าอัปปฏิจฉันนชรา

อัปปฏิจฉันนชรานี้ ไม่มีใครชอบ อยากหนีให้ไกล แต่ก็หนีไม่พ้น ฉะนั้น จึงต้องทำความสนิทสนมกับมัน ยอมรับมัน อย่ามองมันเป็นศัตรู จะได้เป็นทุกข์น้อยลง และจะได้ช่วยหมอรักษาเวลาเจ็บไข้ต่างๆ ให้หายเร็วขึ้น ถ้ารังเกียจเขา คิดว่าเขาเป็นศัตรู ความแก่นั้นก็จะปรากฏเร็วขึ้น และเวลาไปพบหมอเพื่อดูแลรักษาก็จะรักษาได้ยาก แต่ถ้าไม่รังเกียจ ไม่คิดว่าเขาเป็นศัตรูก็จะรักษาได้ง่าย และความแก่นั้นก็จะปรากฏแก่เราช้าลง

ความเจ็บไข้คืออะไร ?

เราทุกคนเข้าใจความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นอย่างดี เพราะเป็นเรื่องของเรา และเราก็เคยเป็นกันมาแล้วทั้งนั้น มากบ้าง น้อยบ้าง ตามปกติ ความเจ็บไข้ได้ป่วยและความตายควรจะเกิดหลังความแก่ แต่ความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ เพราะหลายคนเจ็บไข้ได้ป่วยและตายก่อนแก่ก็มีมาก ความเจ็บไข้ได้ป่วยนั้น มีอยู่ ๒ อย่าง คือ

๑. **ปฏิจฉันนพยาธิ** ได้แก่ ความเจ็บไข้ที่ปกปิด เป็นความเจ็บไข้ที่เกิดขึ้นแล้วรักษาได้ง่ายๆ เช่น ความรู้สึกหิวข้าว กระหายน้ำก็เป็นความเจ็บไข้อย่างหนึ่ง เมื่อได้กินข้าว ดื่มน้ำแล้ว ความรู้สึก

หิวข้าวและกระหายน้ำ ก็หายไป หรือเวลานั่งอยู่กับที่นานๆ เกิดความรู้สึกเมื่อยก็เป็นความเจ็บไข้ ได้ลุกขึ้นเดินหรือนอนเสีย ความรู้สึกเมื่อยนั้นก็หายไป ถึงความเจ็บไข้อื่นๆ ก็เหมือนกัน ที่เกิดขึ้นแล้วรักษาได้ง่ายจนตัวเองไม่รู้สึกเจ็บ ก็จัดเป็นปฏิจฉันนพยาธิ

๒. **อัปปฏิจฉันนพยาธิ** ได้แก่ ความเจ็บไข้ที่ไม่ปกปิด เป็นความเจ็บไข้ที่ต้องล้มหมอนนอนเสื่อ ต้องไปพบหมอที่โรงพยาบาลเพื่อเยียวยารักษา เช่น ปวดท้อง เป็นไข้ โรคเบาหวาน โรคหัวใจและโรคมะเร็ง เป็นต้น เป็นการป่วยที่ทุกข์ทรมาน บางรายถึงกับร้องครวญครางด้วยความเจ็บปวด ความเจ็บไข้ลักษณะนี้เรียกว่าอัปปฏิจฉันนพยาธิ

ความเจ็บไข้ตามข้อ ๑ คนทั่วไปมักคิดว่าไม่ใช่การป่วย แต่ที่จริงแล้วเป็นการป่วยอย่างหนึ่ง แต่รักษาได้ง่าย ก็เลยไม่รู้สึกว่าเป็นโรค ส่วนความเจ็บไข้ตามข้อ ๒ คนเข้าใจกันเป็นอย่างดี เพราะเคยเห็นคนป่วย หรือเคยป่วยด้วยตนเองมาแล้ว รู้ดีว่าทุกข์ทรมานเพียงใด

อย่างไรก็ตาม ขึ้นชื่อว่าความเจ็บไข้ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่มีใครชอบ มีแต่คนปฏิเสธ อยากหนีให้ไกล แต่ก็หนีไม่พ้น เมื่อหนีไม่พ้นจึงควรต้อนรับมันในฐานะสหายสนิทของการเกิด ไม่ควรแสดงอาการทุรนทุรายเมื่อประสบพบเจอ หากทำใจยอมรับได้ก็จะช่วยหมอรักษาความเจ็บไข้ที่เกิดขึ้นได้มาก แต่ถ้าไม่ยอมรับสหายคนนี้

แสดงอาการทุรนทุรายเมื่อเวลาประสบเข้าอย่างนี้ก็เป็นเหตุให้ความเจ็บไข้นั้นกำเริบ ไม่เป็นผลดีต่อใครเลย ไม่ว่าจะเป็นตนเองหรือหมอและพยาบาลที่ดูแลรักษา

ความตายคืออะไร ?

ความตายคือการสิ้นลมหายใจ เราทุกคนรู้และเข้าใจเป็นอย่างดี เพราะเคยเห็นมาแล้วทั้งนั้น แม้จะยังไม่ประสบกับชีวิตตนก็ตาม ความตายทุกอย่าง ไม่ว่าจะตายเพราะสิ้นอายุขัย หรือตายเพราะอุบัติเหตุ ทั้งหมดล้วนเป็นสหายสนิทของความเกิดทั้งสิ้น เพราะเมื่อเกิดแล้วความตายก็ติดตามมาพร้อม ดุจเดียวกับความแก่และความเจ็บไข้ดังกล่าวแล้ว ความตายนั้นมีอยู่ ๒ อย่าง คือ

๑. **ปฏิจฉันนมรณะ** ได้แก่ความตายที่ปกปิด หมายถึงความตายในลักษณะที่ของเก่าหลุดไปของใหม่เกิดขึ้นแทน เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนังซึ่งเป็นของเก่าหลุดไปก็มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนังใหม่เกิดขึ้นแทน อาการดังกล่าวเรียกว่าความตายอย่างหนึ่ง หรือการที่วันคืนล่วงไป ๆ ทำให้วัยของเราล่วงไปด้วย ก็จัดเป็นความตายตอนหนึ่ง ๆ ของชีวิต เพราะทำให้เด็กเล็กเลื่อนขึ้นเป็นหนุ่มเป็นสาว ทำให้หนุ่มสาวเลื่อนไปเป็นผู้ใหญ่ และทำให้ผู้ใหญ่เลื่อนเป็นคนแก่

๒. **อัปปฏิจฉันนมรณะ** ได้แก่ความตายที่ไม่ปกปิด หมายถึงตายแบบเผย คือตายอย่างที่เห็นๆ เพราะสิ้นลมหายใจ ต้องจากคนรักและครอบครัวไปอย่างไม่มีวันกลับ ทิ้งทรัพย์สมบัติไว้เพราะนำติดตัวไปไม่ได้ มีคนร้องไห้เศร้าโศกเสียใจในการจากไป และต้องจัดพิธีศพตามประเพณี

ความตายตามข้อ ๑ ทุกคนต้องประสบพบเจอนับครั้งไม่ถ้วน ส่วนความตายตามข้อ ๒ ประสบเพียงครั้งเดียวเท่านั้นในชีวิตหนึ่งๆ แต่ทั้ง ๒ อย่างก็เป็นสหายสนิทของชีวิตเราตั้งแต่เกิด ที่สำคัญความตายตามข้อ ๒ เป็นการสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต เราจึงไม่ยินดีอย่างยิ่ง อยากหนีให้ไกล แต่ก็หนีไม่พ้น เมื่อหนีไม่พ้นก็ต้องมองว่าเป็นธรรมดาของชีวิต เมื่อถึงคราวตายจริงๆ ก็จะได้ตายโดยไม่เกิดทุกข์

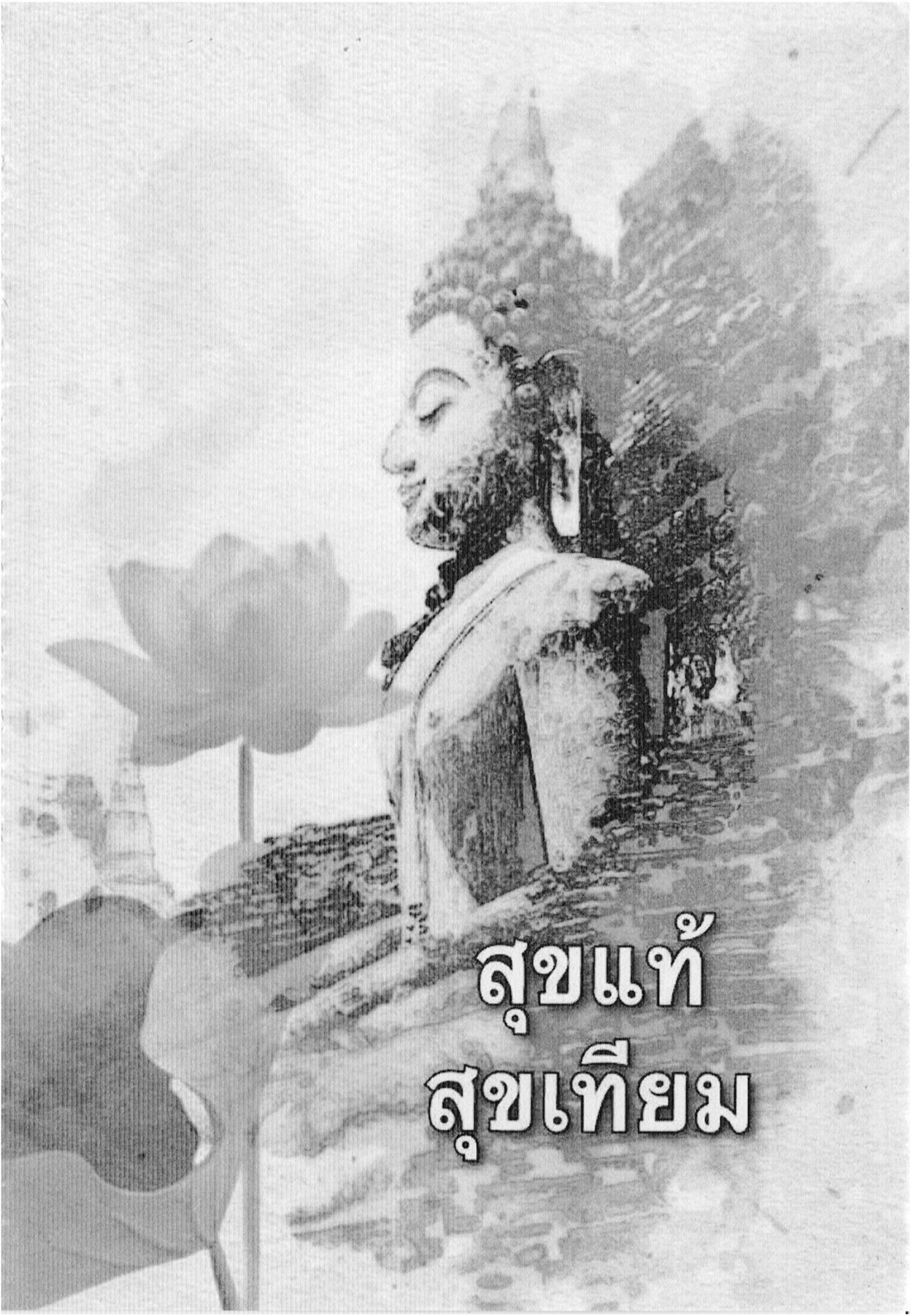
ข้อดีของการรู้จักเพื่อนสนิท

คนส่วนใหญ่แม้จะรู้ว่า ตอนเกิดมีความแก่ ความเจ็บ และความตายติดตามมาด้วย แต่มักปฏิบัติตัวไม่ถูก กับสิ่งที่ติดตามมานั้น กล่าวคือ จะดีใจปลื้มใจเฉพาะกับการเกิด แต่เสียใจทุกข์ใจกับความแก่ ความเจ็บ และความตาย หรือพูดอีกนัยหนึ่ง ยินดีต้อนรับเฉพาะการเกิด แต่ไม่ยินดีกับสิ่งที่การเกิดนั้นนำมาด้วย ทำให้

เกิดทุกข์เมื่อประสบกับการแก่ การเจ็บและการตาย มองไม่เห็นทางออกว่าจะก้าวข้ามทุกข์นี้อย่างไร ? บางคนจึงปล่อยไปตามธรรมชาติ ด้วยคิดว่าอีกไม่นานทุกข์นั้นก็จะเลือนหายไปเองตามกาลเวลา การคิดอย่างนี้ไม่ใช่คำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธองค์ไม่เคยตรัสสอนเช่นนั้น แต่ตรงกันข้ามทรงสอนให้ใช้ปัญญา เพื่อเอาชนะความทุกข์นั้นโดยไม่ย่อท้อ วิธีง่ายๆ ก็คือมองความแก่ ความเจ็บ และความตายในฐานะเป็นสหายสนิทของการเกิด เมื่อยินดีกับการเกิดได้ ก็ต้องพยายามยินดีกับการแก่ การเจ็บ และการตายด้วย แม้จะยินดีไม่ได้เท่ากับการเกิด ก็อย่ามองเขาเป็นศัตรู ให้เกิดความอึดอัดขัดเคือง จงมองให้เห็นด้านดีของการแก่ การเจ็บ และการตายนั้น แล้วอยู่กับมันอย่างเป็นมิตร โดยพิจารณาบ่อยๆ ว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้, เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้, เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่วงพ้นความตายไปไม่ได้ พิจารณาเนืองๆ อย่างนี้ นอกจากจะทำให้ยอมรับว่าเป็นสหายสนิทของการเกิดแล้ว ยังทำให้ดำเนินชีวิตอย่างมีสติ ไม่ปล่อยให้วันเวลาสูญไปเปล่าประโยชน์ อะไรที่ควรทำก็ต้องรีบทำ ทั้งประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น แต่ถ้าไม่หมั่นพิจารณาเนืองๆ อย่างที่กล่าว ก็เดือดร้อนทุรนทุรายเมื่อประสบกับความแก่ ความเจ็บ และความตายนั้น นอกจากนั้น ก็เป็นเหตุให้ใช้ชีวิตอย่างประมาทขาดสติในวัย

ในความไม่มีโรค และในชีวิต ซึ่งไม่เป็นผลดีอะไรเลย ดังคำพระที่ว่า **"คนผู้ประมาท ก็เหมือนกับคนที่ตายแล้ว"**

ข้อดีต่อมาก็คือ เวลาต้องเข้าไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลนั้น ถ้าคนป่วยมิได้คิดว่าความแก่ ความเจ็บ และความตายเป็นศัตรูของชีวิต แต่เป็นสหายสนิทของการเกิด ก็จะทำให้การรักษาได้ผลเร็วขึ้น แต่ถ้าปล่อยให้หมอรักษาฝ่ายเดียว โดยที่คนป่วยไม่คิดไม่พิจารณาตามที่กล่าว อย่างนี้ก็รักษายาก ฉะนั้น การปรับความคิดให้ถูกต้อง จึงเป็นยาชนิดหนึ่งที่ทำให้การรักษาได้ผลดี เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย



สุขแท้
สุขเทียม



พุทธศาสนสุภาษิต

เย จ โข สมฺมทกฺขาเต ธมฺเม ธมฺมานุวตฺติโน
เต ชนา ปารเมสฺสนฺติ มจฺจุเธยฺยํ สุทุตฺตรํ.

ชนเหล่าใดประพฤติธรรม ในธรรมที่พระพุทธเจ้ากล่าวดีแล้ว ชนเหล่านั้น จักข้ามแดนมฤตยูที่ข้ามได้ยาก.

ขุ. ธ. ๒๕/๑๖/๒๔.



สุขแท้สุขเทียม

***

สุขนั้นสำคัญไฉน ?

ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการ ชนทุกชาติไม่ว่าจะชาติใดก็ตาม เกิดมาแล้วล้วนปรารถนาความสุขด้วยกันทั้งนั้น แต่ก็เข้าถึงความสุขกันได้น้อย หรือเข้าถึงได้เป็นบางส่วน ซึ่งเป็นความสุขพื้น ๆ เป็นสุขเทียม ไม่ใช่สุขแท้ แล้วก็พอใจแค่นั้น ไม่คิดจะแสวงหาหรือพัฒนาสุขอื่นที่สำคัญกว่า ที่เป็นเช่นนี้ เพราะขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องความสุข จึงพลาดจากสุขที่มั่นคงถาวรในชีวิต แต่ถ้าใครมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ การดำเนินชีวิตก็ประสบสุขได้ไม่ยาก

ความสุข ๑๓ คู่

ในพระไตรปิฎก[๑] ท่านแสดงความสุขไว้ ๑๓ คู่ และแสดงสุขที่เป็นเลิศของแต่ละคู่ไว้ ดังนี้

๑. สุขของคฤหัสถ์ ๑ สุขเกิดแต่บรรพชา ๑ (สุขเกิดแต่บรรพชาเป็นเลิศ)

---

๑. องฺ. ทุก. ๒๐/๓๐๙-๓๒๑/๘๙

๒. กามสุข ๑ เนกขัมมสุข ๑ (เนกขัมมสุขเป็นเลิศ)
๓. สุขเจือกิเลส ๑ สุขไม่เจือกิเลส ๑ (สุขไม่เจือกิเลสเป็นเลิศ)
๔. สุขมีอาสวะ ๑ สุขไม่มีอาสวะ ๑ (สุขไม่มีอาสวะเป็นเลิศ)
๕. สุขอิงอามิส ๑ สุขไม่อิงอามิส ๑ (สุขไม่อิงอามิสเป็นเลิศ)
๖. สุขของพระอริยเจ้า ๑ สุขของปุถุชน ๑ (สุขของพระอริยเจ้าเป็นเลิศ)
๗. กายิกสุข ๑ เจตสิกสุข ๑ (เจตสิกสุขเป็นเลิศ)
๘. สุขอันเกิดแต่ฌานที่ยังมีปีติ ๑ สุขอันเกิดแต่ฌานที่ไม่มีปีติ ๑ (สุขอันเกิดแต่ฌานไม่มีปีติเป็นอารมณ์เป็นเลิศ)
๙. สุขเกิดแต่ความยินดี ๑ สุขเกิดแต่ความวางเฉย ๑ (สุขเกิดจากการวางเฉยเป็นเลิศ)
๑๐. สุขที่ถึงสมาธิ ๑ สุขที่ไม่ถึงสมาธิ ๑ (สุขที่ถึงสมาธิเป็นเลิศ)
๑๑. สุขเกิดแต่ฌานมีปีติเป็นอารมณ์ ๑ สุขเกิดแต่ฌานไม่มีปีติเป็นอารมณ์ ๑ (สุขเกิดแต่ฌาน ไม่มีปีติเป็นอารมณ์เป็นเลิศ)

๑๒. สุขที่มีความยินดีเป็นอารมณ์ ๑ สุขที่มีความวางเฉยเป็นอารมณ์ ๑ (สุขที่มีความวางเฉยเป็นอารมณ์เป็นเลิศ)

๑๓. สุขที่มีรูปเป็นอารมณ์ ๑ สุขที่ไม่มีรูปเป็นอารมณ์ ๑ (สุขที่ไม่มีรูปเป็นอารมณ์เป็นเลิศ)

ความสุข ๑๓ คู่นี้ สรุปลงเป็น ๒ คือ สุขที่เป็นเลิศ ๑ สุขที่ไม่เป็นเลิศ ๑ อย่างไรก็ตามแต่ สุขทั้ง ๒ ไม่ว่าจะเลิศหรือไม่เลิศก็ตาม ก็จำเป็นแก่บุคคลแตกต่างกันไปตามฐานะ เพราะฉะนั้นพึงรู้จักแสวงหาและเสพความสุขนั้น ๆ ให้ถูกต้อง จึงจะเกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิต

สุขที่เป็นเลิศคือสุขอย่างไร ?

สุขที่เป็นเลิศ หมายถึงสุขที่ดีเด่น ยอดเยี่ยม วิเศษ มีลักษณะไม่อิงตัณหา ไม่เจือด้วยกิเลส ไม่เจือด้วยอาสวะ ไม่อิงอามิส เป็นต้น แต่เป็นสุขที่อิงฉันทะและสุขอิสระอยู่ภายใน

สุขที่อิงฉันทะ หมายถึงสุขที่เกิดจากความคิดและการกระทำในทางที่สร้างสรรค์ มีการอนุเคราะห์สงเคราะห์เกื้อกูลบุคคลอื่นเพื่อให้เขาประสบความสุขความเจริญในชีวิต เป็นสุขที่ประกอบด้วยปัญญาและความปรารถนาดีเป็นที่ตั้ง จึงเป็นความสุขที่อบอุ่น ให้ความ

ภูมิอกภูมิใจเมื่อทำสำเร็จ เช่น ความสุขของพ่อแม่ที่เห็นความสำเร็จของลูก หรือความสุขของลูกที่เห็นพ่อแม่สบายใจ ความสุขของครูอาจารย์ที่เห็นศิษย์ได้ดี ความสุขของนักปกครองที่ได้บำบัดทุกข์บำรุงสุขแก่ประชาชน เป็นต้น

สุขอิงฉันทะ เป็นสุขที่เนื่องด้วยคุณธรรม โดยเฉพาะพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา ความรักความปรารถนาดี กรุณา ความรู้สึกสงสารอยากจะช่วยเหลือมุทิตา ความพลอยยินดี และอุเบกขา ความวางใจเป็นกลางต่อบุคคลอื่น

ส่วนสุขอิสระ หมายถึงสุขที่เป็นไทแก่ตัว เพราะไม่อิงอาศัยอะไรเลย ไม่ว่าจะเป็นตัณหาหรือฉันทะ ไม่อิงอาศัยทั้งสองอย่าง เป็นสุขที่เกิดจากทำกิจครบถ้วนบริบูรณ์แล้ว ไม่มีกิจอื่นที่ต้องกระทำต่อไปอีก เช่น ความสุขของพระพุทธเจ้า และพระอรหันต์ทั้งหลายที่ทำกิจของตนเสร็จเรียบร้อยแล้ว ดำรงตนอยู่เพื่อกิจของผู้อื่นเป็นหลัก เป็นบรมสุข คือสุขอย่างยิ่ง ไม่มีสุขอื่นยิ่งไปกว่า

พระพุทธเจ้านั้น ท่านเข้าถึงบรมสุข เพราะดับตัณหาคือความอยากและดับกิเลสคือความเศร้าหมองได้หมด พระทัยของท่านจึงสะอาดบริสุทธิ์ ไม่ถูกตัณหาและกิเลสครอบงำให้เกิดทุกข์ ท่านมีสุขในตัวของท่านบริบูรณ์ ไม่ต้องไปหาสุขที่อื่น ดังคำบาลีว่า **"นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ"** แปลว่า **นิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง** แม้

พระอรหันต์ทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน มีความสุขในตัวเองบริบูรณ์ ไม่ต้องไปหาสุขอีก แต่ที่ท่านจาริกไปในที่ต่าง ๆ ก็เพื่อประกาศศาสนา เป็นการไปเพื่อเอาสุขไปให้คนอื่นอย่างเดียว ความสุขแบบนี้เป็นสุขอิสระ ไม่มีกิเลสตัณหาเข้าไปเกี่ยวข้อง ไม่มีโลภโกรธหลงมาบงการให้กระทำ ทำให้ชีวิตเป็นอิสระ สุขอิสระจึงเป็นสุขชั้นเลิศอย่างแท้จริง

สุขที่ไม่เป็นเลิศคือสุขอย่างไร ?

สุขที่ไม่เป็นเลิศ หมายถึงสุขที่ไม่ดีเด่น ไม่ยอดเยี่ยม ไม่วิเศษ เพราะยังอิงตัณหา เจือด้วยกิเลส เจือด้วยอาสวะ อิงอามิสอยู่ เป็นความสุขภายนอก ที่ทำให้บุคคลต้องเหนื่อย ต้องดิ้นรน ต้องวิ่งตามความอยาก และเป็นสุขที่นำไปสู่การกระทบกระทั่งกัน แย่งชิงกัน เอารัดเอาเปรียบกัน เบียดเบียนกัน เป็นต้น สุขดังกล่าวจึงเจือด้วยทุกข์ เป็นสุขเทียม มิใช่สุขแท้ แต่เป็นสุขที่บุคคลทั่ว ๆ ไปมุ่งแสวงหาและเสพกันเป็นส่วนมาก

สุขในทางส่วนตัว มักจะเป็นสุขที่อิงอามิส อิงอาสวะ เนื่องด้วยตัณหา เพราะฉะนั้น จึงไม่เป็นเลิศ เป็นอกุศลสุข ระคนด้วยปัญหา ไม่มีอิสรภาพ เป็นสุขภายนอก มาด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย หมายความว่า เวลาตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกต้องสัมผัส ถ้ารู้สึกชอบ ถูกใจ ก็ได้ความสุข

เป็นกามตัณหา ภวตัณหา พ้นจากสิ่งที่เราไม่ชอบ ไม่ถูกใจ เช่น พ้นจากรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสที่เราเกลียด ก็มีความสุขเป็นวิภวตัณหา สุขชนิดนี้ ถ้าไม่สนองกามตัณหา ก็สนองภวตัณหา ถ้าไม่สนองภวตัณหา ก็สนองวิภวตัณหา อย่างไรก็ตาม ก็เป็นสุขที่คฤหัสถ์ยากที่จะหลีกเลี่ยงหรือปฏิเสธ เพราะฉะนั้น จึงต้องแสวงหาให้เหมาะสมแก่การดำรงชีวิต

ความสำคัญของสุข ๒ อย่าง

สุขที่ไม่เป็นเลิศ เพราะอิงตัณหา เจือด้วยกิเลส เจือด้วยอาสวะ อิงอามิส เป็นสุขจากความมั่งมี จากยศถาบรรดาศักดิ์ จากรูปเสียงกลิ่นรสสัมผัส ขณะที่**สุขที่เป็นเลิศเพราะอิงฉันทะ** มีลักษณะสุขด้วยกัน ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน จึงเอื้อสังคมให้น่าอยู่

อย่างไรก็ตาม สุขที่ไม่เป็นเลิศนั้น บางสุขมีการอิงฉันทะอยู่ด้วย เช่น สุขเกิดแต่ฌานที่ยังมีปีติ และสุขเกิดแต่ฌานมีปีติเป็นอารมณ์ เป็นต้น เพราะฉะนั้น พึงเห็นว่าสุขที่อิงฉันทะนั้น เป็นได้ทั้งสุขที่เป็นเลิศ และสุขที่ไม่เป็นเลิศ **ส่วนสุขที่เป็นเลิศที่เป็นสุขอิสระ**นั้น เป็นสุขที่เกิดจากการหลุดพ้นจากกิเลสตัณหา จึงทำให้อยู่เย็นเป็นสุขได้แม้อยู่ท่ามกลางความวุ่นวายของสังคม สุขชนิดนี้ไม่ขึ้นอยู่กับทรัพย์สินเงินทอง รูปเสียงกลิ่นรสสัมผัส หรือการอยู่ร่วม

สุขร่วมทุกข์กับคนอื่น จึงเป็นบรมสุขอย่างแท้จริง

อนึ่ง สุขที่เป็นเลิศเพราะอิงฉันทะกับสุขที่ไม่เป็นเลิศเพราะอิงตัณหา เป็นต้นนั้น เป็นความสุขที่ต้องพึ่งพาสิ่งภายนอก ขาดสิ่งภายนอก ความสุขทั้งสองก็เกิดขึ้นไม่ได้ จึงไม่เป็นอิสระแก่ตน เพราะต้องอาศัยเขาเกิด ความสุขที่ต้องอาศัยเขาเกิดนั้นเป็นการเสียอิสรภาพ ส่วนสุขที่เป็นเลิศที่เป็นสุขอิสระ เป็นความสุขที่ไม่ต้องพึ่งพาสิ่งภายนอก เป็นการสร้างอิสรภาพ อิสรภาพนั้นสร้างขึ้นได้ด้วยข้อปฏิบัติ มีการสำรวมระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นต้น จนเกิดความรู้สึกว่า **มีก็ดี ไม่มีก็ได้ มีก็ได้ ไม่มีก็ได้, มีก็ได้ ไม่มีก็ดี** ซึ่งถ้าปฏิบัติจนเข้าถึงความรู้สึกดังกล่าว จะมีอิสรภาพบริบูรณ์

การบริหารความสุข

คนที่บริหารหรือปกครองคนอื่น ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ที่ปกครองลูก ครูอาจารย์ที่ปกครองลูกศิษย์ เจ้าอาวาสที่ปกครองพระเณร ตลอดจนผู้ใหญ่บ้าน กำนัน นายอำเภอ ผู้ว่าราชการจังหวัด เป็นต้น ท่านเหล่านี้ต้องบำบัดทุกข์บำรุงสุขเขา จึงต้องอาศัยสุขอิงฉันทะในการปฏิบัติงาน โดยต้องรู้จักการแบ่งปัน การพูดจาคำไพเราะ การประพฤติประโยชน์ การเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย จึงจะทำ

หน้าที่ได้ดี นอกจากนั้น ต้องคิด ต้องพูด ต้องทำด้วยเมตตา ต้องรู้จักแบ่งปันลาภที่เกิดขึ้น ต้องปรับความคิดให้ถูกต้องเข้ากับคนอื่นได้ และต้องสำรวมระวังกายวาจาให้เรียบร้อย เป็นแบบอย่างแก่บุคคลอื่น สังคมจึงจะน่าอยู่

ถามว่า คนเรานี้ ในระดับไหนที่เรียกว่าบริบูรณ์แล้ว คือไม่ต้องการสุขอีกแล้ว ทำเพื่อสุขของคนอื่นอย่างเดียว

ตอบว่า นอกจากพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์แล้วก็หายาก แต่ก็ยังพอมีอยู่ แม้จะทำได้ไม่ครบถ้วนเช่นพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ก็ตาม เช่นพ่อแม่ที่เสียสละความสุขของตัวเพื่อความสุขของลูก เป็นต้น

สำหรับผู้บริหารและนักปกครองนั้น ท่านได้รับพระราชอำนาจจากในหลวงมาแล้ว อำนาจเมื่อก่อนนี้อยู่กับในหลวง แล้วไปรับของท่านมา ดังนั้น **ต้องเอาภาระมาด้วย** ไม่ใช่อยากได้โน่นได้นี่ แต่หน้าที่ไม่ยอมทำ ที่ถูก ต้องเอาราชธรรมมาด้วย ไม่ว่าจะเป็นทศพิธราชธรรม จักรวรรดิวัตร ราชสังคหะ ราชพละ เอามาประพฤติปฏิบัติ แต่เพราะไม่ยอมเอามาประพฤติปฏิบัติ สังคมมันถึงวุ่นวาย ไม่เกิดการพัฒนา ซึ่งการทำเช่นนั้น หาถูกต้องไม่ ต้องเอาราชธรรมมาประพฤติปฏิบัติด้วย โลกถึงจะสงบสุข ประเทศชาติถึงจะได้มีความเจริญก้าวหน้า จะเอาตำแหน่งอย่างเดียว โดยไม่เอาภาระหาได้ไม่

เส้นทางชีวิต

เส้นทางของชีวิต มีทั้งที่เป็นกามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปา-วจรภูมิ และโลกุตรภูมิ ตามชั้นของเรา เราจะต้องสะสมความดีระหว่างเส้นทางชีวิตนี้ สมมติว่าสะสมความดีอันที่ ๑ ถึง ๒๐ แล้วเราเสียชีวิตไปเกิดใหม่ ก็เริ่มสะสมความดีอันที่ ๒๑ ต่อ... นี่คือบารมี ถ้าระหว่างเส้นทางของชีวิต เราไม่ทำอะไรเลย บารมีจะมีแต่ที่ไหน แต่ถ้าเราทำไปจนถึงสิ้นชีวิต เราก็มีอย่างน้อย ๒๐ เพราะฉะนั้น อย่าก้าวทีเดียวที่ขั้น ๑๐ มันต้องก้าวที่ขั้น ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙ ๑๐ ตามลำดับ จึงจะได้ผล โดยเริ่มที่ขั้น ๑ ให้ได้ **ศีลก็เริ่มที่ขั้น ๑ สมาธิก็เริ่มที่ขั้น ๑ ปัญญาก็เริ่มที่ขั้น ๑** (ขั้นต้น) เพราะศีล สมาธิ ปัญญานั้น**มันเอื้อกัน** คนจะรักษาศีลต้องมีปัญญา เพราะฉะนั้น ท่านจึงเอาสัมมาทิฏฐิไว้ข้างต้น คนไม่มีปัญญารักษาศีลลำบาก มีปัญญาก็คือรู้ว่ารักษาศีลแล้วประโยชน์คืออะไร ถ้าไม่รักษาศีลโทษคืออะไร **ปัญญามันต้องมาก่อน** คนจะรักษาศีลก็ต้องมีปัญญามาสนับสนุน จริงอยู่ ศีลสนับสนุนสมาธิ สมาธิสนับสนุนปัญญา แต่ว่ามันต้องเริ่มที่มีความเข้าใจก่อน ถึงจะรักษาศีล พอรักษาศีลไปแล้ว ศีลทำกายวาจาให้สงบ ใจมันก็สงบง่าย ถ้ากายวาจาไม่สงบยังทำชั่วอยู่ จิตใจก็วุ่นวาย เพราะฉะนั้น ศีลเป็นอุปกรณ์แก่สมาธิถูกต้อง และคนที่มีสมาธิคือจิตใจนิ่ง ก็พัฒนาปัญญาได้ คนที่จิตใจวุ่นวาย พัฒนาปัญญาไม่เกิด และปัญญาสูงขึ้นก็มาพัฒนาศีล

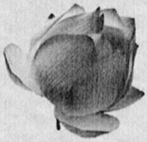
ให้สูงขึ้นไป ศีลสูงก็พัฒนาสมาธิให้สูง สมาธิสูง ปัญญาก็สูงขึ้น มีขั้นมีตอนไป และปัญญาสูง ก็มาพัฒนาศีลให้สูงขึ้น เป็นอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา **อธิไม่ใช่ทั้งหมด แต่ค่อยๆ ไต่อันดับ** เหมือนกับขั้นบันได เราขึ้นขั้นที่ ๑ แล้วก็ขึ้นขั้นที่ ๒ ทั้งหมดนั่นเกื้อหนุนกัน ศีล สมาธิ ปัญญา ไม่ได้มีข้อต้น ไม่ได้มีข้อปลาย เกื้อหนุนกันทั้งหมด จนไม่รู้ว่าข้อไหนเป็นข้อต้น ข้อไหนเป็นข้อปลาย

ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

ในการปฏิบัติธรรมนั้น กามาวจรสุข รูปาวจรสุข อรูปาวจรสุข และโลกุตรสุข สามารถจะทำได้ในชีวิตเรานี้เอง ตามขั้นของเรา ไม่ใช่ว่าเอาขั้นพระพุทธเจ้า หรือพระอรหันต์มากำหนด โลกุตรสุข เราก็มีมีระดับเรา โลกุตรสุขนั้นไม่ต้องมีผลตอบแทน ส่วนกามาวจรสุข รูปาวจรสุข อรูปาวจรสุข ต้องมีผลตอบแทน ต้องอิงตัณหาเป็นอกุศลสุข อิงฉันทะเป็นกุศลสุข **โลกุตรสุขไม่อิงอะไรเลย** เหมือนกับเรามีพร้อมเต็มที่แล้ว เราเอาความสุขที่เรามีนั้นให้คนอื่นอย่างเดียว ถ้าจะมองให้สูงสุด ก็มองพระพุทธเจ้า ท่านบรรลุอะไรหมดเรียบร้อยแล้ว ทำกิจจบแล้ว ไม่มีกิจอื่นที่จะต้องทำต่ออีก ท่านก็มีความสุขเต็มตัวท่าน แล้วท่านก็เสด็จไปเพื่อประโยชน์แก่มหาชนอย่างเดียว ไม่ได้มุ่งหมายอะไรมาหาตัวเอง เราก็ทำได้ในฐานะพระพุทธเจ้าในขั้นของเราในขั้นเบื้องต้น ปฏิบัติได้ก็ได้รับประโยชน์ตามสมควรแก่การปฏิบัติ ตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้



ทางเดิน ของชีวิต



พุทธศาสนสุภาษิต

มคฺคานฏฺฐงฺคิโก เสฏฺโฐ สจฺจานํ จตุโร ปทา
วิราโค เสฏฺโฐ ธมฺมานํ ทิปทานญฺจ จกฺขุมา
เอเสว มคฺโค นตฺถญฺโญ ทสฺสนสฺส วิสุทฺธิยา.

บรรดาทางทั้งหลาย ทางมีองค์ ๘ ประเสริฐที่สุด บรรดาสัจจะทั้งหลาย บท ๔ ประเสริฐที่สุด บรรดาธรรมทั้งหลาย วิราคธรรมประเสริฐที่สุด บรรดาสัตว์ ๒ เท้าทั้งหลาย พระตถาคต ผู้มีจักษุประเสริฐที่สุด ทางเพื่อความหมดจดแห่งทัสนะคือทางนี้เท่านั้น ทางอื่นไม่มี.

ขุ. ธ. ๒๕/๓๐/๔๖.



ทางเดินของชีวิต

***

ทางเดินของชีวิตคืออะไร ?

คำว่า "**ทาง**" ท่านเรียกในศัพท์ทางพุทธศาสนาว่า "**มรรค**" มรรคทางนั้น เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องแสวงหาเพื่อใช้ดำเนินชีวิต ให้ชีวิตพ้นจากความเสื่อมและเข้าถึงความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น แต่ถ้าผู้ใดไม่ให้ความสำคัญกับทางเดิน แล้วดำเนินชีวิตไปตามอารมณ์ อยากอะไรก็ทำอันนั้น ไม่รู้จักอดทน ไม่รู้จักระมัดระวัง เอาแต่ความสบายเฉพาะหน้าแล้ว ชีวิตก็เจริญได้ยาก

ด้วยเหตุที่ธรรมชาติของชีวิต ต้องเดินไปสู่ความแก่ความเจ็บและความตายด้วยกันหมด บัณฑิตทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าเป็นต้นจึงชี้ทางเดินที่สะดวกสบายแก่ชีวิตไว้ คือดำเนินไปแล้ว ชีวิตพ้นทุกข์ ประสบความสุขอย่างสูงสุด ทางเดินที่สะดวกสบายนี้เรียกว่า "**อริยมรรค**" แปลว่า ทางอันประเสริฐ ทางอันประเสริฐนั้นแต่ละคนสามารถดำเนินให้เหมาะสมกับภาวะของตน ๆ ได้ โดยไม่จำเป็นต้องเหมือนกับภาวะของคนอื่น ดำเนินแบบไหนได้ประโยชน์ก็ดำเนินแบบนั้น

ทางอันประเสริฐนั้น ประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ คือ สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) สัมมา-วาจา (เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (การงานชอบ) สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) และสัมมาสมาธิ (ตั้งใจชอบ) ซึ่งองค์ทั้ง ๘ นี้ ย่อให้สั้นเป็น ๓ คือ **ปัญญา ศีล** และ**สมาธิ**

ปัญญา ศีล และ**สมาธิ** นี้ ในไตรสิกขา ท่านเรียงเป็น **ศีล สมาธิ** และ**ปัญญา** และเรียกว่า **อธิสีลสิกขา อธิจิตตสิกขา** และ **อธิปัญญาสิกขา** เพื่อให้ศึกษาโดยสะดวก คือศึกษาจากสิ่งที่เป็นรูปธรรม (ศีล)ไปหาสิ่งที่เป็นนามธรรม (สมาธิและปัญญา) เพราะศีลคือการรักษากายวาจาให้เรียบร้อย เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างปกติ มีความเป็นรูปธรรมมากกว่าสมาธิ (การตั้งใจ) และปัญญา (ความรู้ทั่ว) ฉะนั้น ท่านจึงให้ศึกษาที่ศีลเป็นข้อแรก ตามด้วยสมาธิและปัญญาตามลำดับ แต่ในมรรคมีองค์ ๘ ท่าน**เริ่มที่ปัญญาก่อน** จากนั้นตามด้วยศีล และสมาธิ ที่เป็นเช่นนั้น เพราะปัญญาเป็นคุณธรรมสำคัญในการพินิจพิจารณาความถูกความผิด เมื่อมีปัญญาแล้วก็ช่วยให้ปฏิบัติศีลและสมาธิได้ถูกต้อง

อย่างไรก็ตาม **ศีล สมาธิ** และ**ปัญญา** นี้ ต่างอาศัยกัน ไม่แยกกันปฏิบัติ หรือปฏิบัติคนละห้วงเวลา แต่ทั้งหมดถือปฏิบัติไปพร้อม ๆ กัน ตลอดเวลาเดียวกันนั้นเลย

ปัญญาใช้ดำเนินชีวิตอย่างไร ?

การดำเนินชีวิตด้วยปัญญานั้น คือดำเนินชีวิตอย่างผู้รู้ ผู้ฉลาดในเรื่องความดีความชั่ว บาปบุญคุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ ซึ่งความรู้ความฉลาดลักษณะนี้ ก็คือความเห็นชอบ (สัมมาทิฏฐิ) และความดำริชอบ (สัมมาสังกัปปะ) นั่นเอง

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบนั้น โดยตรงหมายถึงเห็นชอบในอริยสัจ ๔ (ความจริงอันประเสริฐ ความจริงของพระอริยะ ความจริงที่ทำบุคคลผู้เข้าถึงให้เป็นพระอริยะ) ได้แก่เห็นทุกข์ เห็นเหตุให้เกิดทุกข์ (สมุทัย) เห็นความดับทุกข์ (นิโรธ) และเห็นทางปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ (มรรค)

อริยสัจ ๔ ท่านอุปมาไว้ ดังนี้

ทุกข์ เปรียบเหมือนสภาพที่ป่วยเป็นโรค

สมุทัย เปรียบเหมือนตัวเชื้อโรค

นิโรธ เปรียบเหมือนสภาพที่หายจากโรค แข็งแรงแล้ว

มรรค เปรียบเหมือนยารักษาโรค ให้หายป่วย

ความเห็นอริยสัจ ๔ ดังว่ามานี้ ท่านเรียกว่า**เห็นชอบ** ซึ่งเป็นการเห็นด้วยตาในคือปัญญา มิใช่เห็นด้วยตาเนื้อ การเห็นด้วยปัญญานี้ ทำให้ผู้เห็นเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง

สำหรับสัมมาทิฏฐิแบบพื้น ๆ ตามแนวทางอริยสัจ ๔ นั้นก็มีได้ ถ้ารู้จักพิจารณา เช่น เห็นว่าปัญหาที่เกิดขึ้นมีทางออกเสมอ โดยปัญหาเกิดจากสาเหตุใด ก็แก้ที่สาเหตุนั้น และแนวทางแก้ปัญหาที่ดีที่สุดต้องเริ่มที่ตนเอง โดยทำความเห็นให้ชอบเสียก่อน จึงจะแก้ปัญหาได้ถูกต้อง

ส่วน **สัมมาสังกัปปะ** ความดำริชอบนั้น โดยตรงหมายถึง ดำริออกจากกาม ดำริในทางไม่พยาบาท และดำริในทางไม่เบียดเบียน สัมมาสังกัปปะแบบพื้น ๆ ในเรื่องดำริออกจากกาม เช่น ดำริในการข่มใจตนเอง สำรวมระวังในเรื่องกามคุณ โดยการรักษาศีล ๕ และศีล ๘ ตามควรแก่ฐานะ

สำหรับดำริในทางไม่พยาบาทนั้น เช่น การรู้จักแผ่ไมตรีจิตแก่คนอื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา รู้จักเห็นอกเห็นใจคนอื่น รู้จักจุนเจือช่วยเหลือคนอื่น ส่วนดำริในทางไม่เบียดเบียน เช่น การดำริว่าเรารักสุขเกลียดทุกข์อย่างไร คนอื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์อย่างนั้น ดำริในทางไม่เอารัดเอาเปรียบบุคคลอื่น เป็นต้น

ความเห็นชอบและความดำริชอบตามที่กล่าว เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาเท่านั้น ไม่สามารถบังเกิดได้ด้วยวิธีอื่น และปัญญาลักษณะนี้ จัดเป็นปัญญาที่ทำให้เป็นคนประเสริฐได้ ฉะนั้น จึงจำเป็นต้องพัฒนาให้เกิดก่อน เพื่อจะได้ดำเนินถูกทางในข้ออื่น ๆ ต่อไป เพราะหากไม่มีปัญญาเริ่มต้นแล้ว การปฏิบัติในทางที่เหลือก็ผิดพลาดได้

อาจไม่เป็นไปเพื่อพ้นทุกข์และประสบสุขอย่างที่ต้องการ แต่เป็นตรงข้ามคือเป็นไปเพื่อทุกข์ก็ได้

ปัญญานั้นสำคัญอย่างไร ?

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา เพราะเกิดขึ้นจากปัญญาการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ปัญญาจึงมีความสำคัญ ดังนี้

๑. ปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัยสิ่งที่ฟังมาแล้ว รวมทั้งที่ได้เห็น ที่ได้ลิ้ม ที่ได้สัมผัส และที่ได้คิดมาแล้วทั้งหมดด้วยว่าสิ่งนั้นดีหรือไม่ดี มีโทษหรือมีคุณ มีประโยชน์หรือไร้ประโยชน์ เท็จหรือจริง เรื่องที่ใช้ปัญญาวินิจฉัยตัดสินแล้วจะไม่ผิดพลาด มีแต่ความถูกต้องให้เกิดผลที่พึงประสงค์เสมอ

๒. ผู้มีปัญญาหาความสุขได้ในท่ามกลางแห่งความทุกข์ บุคคลโดยมากมักมีความสุข ความสำราญ ในเมื่อได้รับวัตถุสิ่งของดังที่ต้องการ ถ้าขาดไปหรือไม่มีมากพอ ก็แสดงอาการไม่สบายใจ เป็นทุกข์ กระสับกระส่าย เมื่อกระทบกับเรื่องร้าย เรื่องเศร้า ก็เกิดความทุกข์โทมนัสเกินไป และจะยินดีปรีดาเกินเหตุในเมื่อประสบความสมหวัง สาเหตุทั้งหมดนั้น เพราะไม่พิจารณาให้เห็นความจริงของสรรพสิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์มิใช่ของเรา ส่วนผู้มีปัญญา แม้จะประสบวิกฤติใด ๆ ทั้งด้านวัตถุ และด้านจิตใจ ก็สามารถประคับประคองตนเองและผู้เกี่ยวข้องให้อยู่ได้ตามปกติ ไม่เดือดร้อนมาก

นัก ไม่ยึดติดกับอะไร ๆ พยายามแปลงวิกฤติให้เป็นโอกาส หรือเปลี่ยนหายนะให้เป็นวัฒนะได้ในที่สุด ทั้งนี้เพราะอาศัยปัญญาเป็นเครื่องหยั่งรู้นั่นเอง

ศีลใช้ดำเนินชีวิตอย่างไร ?

การดำเนินชีวิตด้วยศีลนั้น หมายถึงการใช้ศีลเป็นกรอบในการดำเนินชีวิต โดยดำเนินชีวิตด้วยการสำรวมกายและวาจาของตนให้อยู่ในภาวะปกติ ไม่ละเมิดชีวิตและทรัพย์สินของบุคคลอื่น เพราะการกระทำดังกล่าวถือเป็นการดำเนินชีวิตของคนไม่มีศีล

ศีลนั้น ได้แก่ **สัมมาวาจา** (การเจรจาชอบ) **สัมมากัมมันตะ** การงานชอบ และ**สัมมาอาชีวะ** การเลี้ยงชีพชอบ

สัมมาวาจา การเจรจาชอบนั้น โดยตรงหมายถึง การงดเว้นการพูดเท็จ งดเว้นการพูดส่อเสียด งดเว้นการพูดคำหยาบ และงดเว้นการพูดเพ้อเจ้อ เพราะลักษณะคำพูด ๔ ประการนี้ ทำให้วาจาของผู้พูดต่ำลง ทำให้จิตใจเศร้าหมอง ทำให้บุคคลอื่นได้รับความทุกข์โศก และนำไปสู่ความวิวาทบาดหมาง เกิดการพยาบาทจองเวรจองกรรมต่อกันได้ ฉะนั้น จึงต้องงดเว้นไม่พูดไม่กล่าวคำดังกล่าว เมื่องดเว้นแล้วก็หันไปใช้คำพูดที่ดีแทน ได้แก่ พูดแต่คำสัตย์จริง พูดแต่คำประสานไมตรี พูดแต่คำไพเราะไม่หยาบคาย และพูดแต่คำสร้างสรรค์มีสาระ เมื่อพูดกันแต่คำดี ๆ จิตใจของผู้พูดผู้ฟัง

ก็ดีไปด้วย การอยู่ร่วมกันก็มีแต่ความสุข

สัมมากัมมันตะ การงานชอบนั้น โดยตรงได้แก่ การไม่ฆ่าเขา ไม่ลักของเขา ไม่ประพฤติผิดในกาม เพราะการกระทำดังกล่าว ทำให้ชีวิตผู้ทำและคนอื่นเดือดร้อน หาความสงบสุขไม่ได้ มีเวรมีภัยรอบด้าน เมื่องดเว้นจากการกระทำดังกล่าวแล้ว ก็หันไปสำรวมกายของตน ให้ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยจิตเมตตากรุณา รู้จักทำมาหากินในทางที่สุจริต ไม่ประกอบมิจฉาชีพ อันเป็นการละเมิดกฎหมายและศีลธรรมที่ดีงาม และสุดท้ายก็ยินดีและพอใจเฉพาะกับคู่ครองของตน เลี้ยงดูเขาให้มีความสุขสบาย ตามแนวทางของสทารสันโดษ (ยินดีในภรรยาหรือสามีของตน)

สำหรับ **สัมมาอาชีวะ** คือเลี้ยงชีพชอบนั้น โดยตรงหมายถึงเว้นจากความเลี้ยงชีพในทางที่ผิด ไม่ว่าจะผิดวัฒนธรรมประเพณี ผิดกฎหมาย หรือผิดศีลธรรม เพราะการกระทำผิดย่อมนำความเสื่อมมาสู่ชีวิตผู้กระทำ ทำให้ผู้ทำและครอบครัวเดือดร้อน ถูกตำหนิติเตียน ไม่มีใครอยากคบค้าสมาคมด้วย ที่สำคัญทำให้ผู้กระทำนั้นถูกจับกุม ถูกดำเนินคดี ต้องติดคุกติดตะราง บางรายอาจถึงขั้นถูกตัดสินประหารชีวิตได้

ตัวอย่างสัมมาอาชีวะ ถ้าเป็นภิกษุสามเณรก็งดการแสวงหาที่ผิดพุทธบัญญัติ เช่น การออกปากขอกับคนที่ไม่ใช่ญาติ ไม่ใช่ปวารณา การประกอบอเนสนาคือการแสวงหาที่ไม่ชอบ มีการประกอบ

เวชกรรมเพื่อหารายได้ ตลอดจนการพูดอวดอุตริมนุสธรรม เป็นต้น พึงงดเว้นจากการเลี้ยงชีพที่ผิดนั้น

สำหรับผู้ครองเรือนนั้น พึงงดเว้นอาชีพที่กฎหมายห้าม เช่น การค้ายาเสพติด หรือการปล้นจี้บุคคลอื่น ตลอดจนการหลอกลวงต้มตุ๋นทรัพย์ของบุคคลอื่นมาเป็นของตน นอกจากนั้นก็หลีกเว้นจากอาชีพที่ขัดต่อศีลธรรม (แม้ไม่ขัดกฎหมาย) เช่น การค้าขายเครื่องประหาร การค้าขายมนุษย์ (ค้าขายแรงงานมนุษย์) การค้าขายสัตว์เพื่อนำไปฆ่า การค้าขายน้ำเมา และการค้าขายยาพิษ โดยอาชีพที่ผิดกฎหมาย พึงงดเว้นเด็ดขาด ส่วนอาชีพที่ขัดศีลธรรม พึงปฏิบัติตามกำลังศรัทธา งดได้งด งดไม่ได้ก็พึงขายเท่าที่จำเป็น หรือขายเป็นครั้งคราว และงดในเทศกาลสำคัญ ๆ เช่นวันพระ เป็นต้น

สมาธิใช้ดำเนินชีวิตอย่างไร ?

การดำเนินชีวิต ที่จะให้ประสบความสำเร็จนั้น ต้องดำเนินด้วยความตั้งใจอย่างแน่วแน่ ต่อเนื่อง ต้องมีเป้าหมายที่ชัดเจน จะดำเนินไปตามอำนาจของกิเลสไม่ได้ การตั้งใจดำเนินอย่างแน่วแน่ต่อเนื่องนี้แหละเรียกว่า **"สมาธิ"** ซึ่งตรงกับ **สัมมาวายามะ** (เพียรชอบ) **สัมมาสติ** (ระลึกชอบ) และ**สัมมาสมาธิ** (ตั้งใจชอบ) นั่นเอง

สัมมาวายามะ เพียรชอบนั้น โดยตรงหมายถึงเพียรระวังไม่ให้**บาป**เกิดขึ้น เพียรละ**บาป**ที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรให้**กุศล**เกิดขึ้น เพียรรักษา**กุศล**ที่เกิดขึ้นแล้วไม่ให้เสื่อม ความเพียรชอบตามที่กล่าวนี้ จัดเป็นเพียรพยายามในสิ่งที่เป็นนามธรรม เพราะเกี่ยวข้องกับการละบาปบำเพ็ญกุศล และต้องอาศัยการตั้งจิตปฏิบัติซึ่งก็เป็นนามธรรมเช่นเดียวกัน ฉะนั้น จึงต้องทำด้วยความตั้งใจ จึงจะสำเร็จ

ถามว่า บาปและกุศลคืออะไร เหตุใดจึงต้องละและบำเพ็ญ **ตอบว่า** บาป คือสภาพที่จิตใจเศร้าหมองเนื่องจากถูกกิเลส เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลงครอบงำ ส่วนกุศล คือสภาพที่จิตใจฉลาดปราศจากความโง่เขลา เพราะมีปัญญาความรู้ความฉลาดในเรื่องความดี ความชั่ว เป็นต้น การละบาปบำเพ็ญกุศล ทำให้ชีวิตพ้นทุกข์และประสบความสุขความเจริญได้

สัมมาสติ ระลึกชอบนั้น โดยตรงได้แก่ระลึกรู้ในกายของตนที่เรียกว่ากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ระลึกรู้ในสุขทุกข์หรือไม่สุขไม่ทุกข์ของตนที่เรียกว่าเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ระลึกรู้ในจิตของตนที่เรียกว่าจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และ ระลึกรู้ในธรรมคือความดีความชั่วที่เกิดขึ้นในใจตนที่เรียกว่าธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ความมุ่งหมายของความระลึกชอบนี้ อย่างสูงก็เพื่อขจัดกิเลสตัณหาออกจากจิตใจ อย่างธรรมดาก็เพื่อให้จิตใจจดจ่ออยู่กับ

เรื่องปัจจุบัน ไม่ฟุ้งซ่านไปเรื่องอื่น สำหรับวิธีระลึกชอบแบบพื้น ๆ ตามนัยสัมมาสตินี้สามารถทำได้ ด้วยการระลึกรู้ทุกขณะที่ทำและพูด โดยเมื่อต้องทำและพูดเรื่องใด ก็ระลึกรู้ว่าตนทำสิ่งนั้นตลอดเวลา ไม่ปล่อยจิตไปคิดนอกเรื่องจากที่ทำและพูดนั้นในขณะนั้น ปฏิบัติอย่างนี้ จะทำให้ทำและพูดเรื่องต่าง ๆ ได้ถูกต้องไม่ผิดพลาด

ส่วน**สัมมาสมาธิ** ซึ่งแปลว่าตั้งใจชอบนั้น โดยตรงหมายถึงการตั้งใจชอบในการฝึกจิต จนกระทั่งจิตนิ่งสงบในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ตั้งแต่นิ่งได้แบบชั่วครู่ชั่วขณะ จนกระทั่งนิ่งได้แบบแน่วแน่ เป็นองค์ฌานระดับต่าง ๆ ซึ่งต้องอาศัยการฝึกด้วยความเพียรพยายามอย่างสูง จึงจะเกิดผลได้ เหตุนั้น คนทั่วไปจึงปฏิบัติตามได้ยาก คงทำได้เฉพาะการตั้งใจชอบแบบพื้น ๆ เช่น ความตั้งใจขณะเดิน ทำให้เดินไม่สะดุดล้ม ความตั้งใจขณะเข้าห้องน้ำ ก็ทำให้ไม่ลื่นล้มในห้องน้ำ ความตั้งใจขณะอ่านหนังสือ ก็ทำให้อ่านเข้าใจได้ง่าย และความตั้งใจขณะพิมพ์หนังสือ ก็ทำให้พิมพ์งานได้เร็วไม่ผิดพลาด เป็นต้น

ความตั้งใจชอบแบบพื้น ๆ ลักษณะนี้ มีความสำคัญและจำเป็นในชีวิตประจำวันมาก และอยู่ในวิสัยที่คนทั่วไปจะปฏิบัติได้ ฉะนั้น จึงควรให้ความสำคัญ และเมื่อมีโอกาส ก็ควรพัฒนาไปสู่ความตั้งใจระดับสูงด้วยสติปัฏฐาน ๔ ดังกล่าวต่อไป

ดำเนินตามอริยมรรคอย่างไร ?

การดำเนินตามอริยมรรค แท้จริงแล้วก็คือการศึกษาและปฏิบัติตาม**ศีล สมาธิ** และ**ปัญญา**ดังกล่าวแล้ว ซึ่งในอริยมรรคนั้นท่านให้เริ่มที่**ปัญญา คือความรู้ความฉลาด**ก่อนข้ออื่น เหตุที่เป็นเช่นนั้นเพราะปัญญาคือความรู้ความฉลาด จะทำให้รักษาศีลและเจริญสมาธิได้ถูกต้อง เมื่อถูกต้องก็ได้ผลเต็มที่ แต่ถ้าไม่เริ่มที่ปัญญาคือความรู้ความฉลาดแล้ว การปฏิบัติตามข้ออื่น ๆ ก็จะทำได้ยาก ปัญญาจึงสำคัญในการดำเนินชีวิต

นอกจากปัญญาคือความรู้ความฉลาดที่ต้องมีแล้ว ผู้หวังผลในการปฏิบัติก็ต้องปลูก**ฉันทะ**คือความรักดีใฝ่ดีในใจตนเองด้วย คุณธรรม ๒ อย่างคือ**ปัญญา**และ**ฉันทะ**นี้จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงวิมุตติคือหลุดพ้นจากทุกข์ได้ แต่ถ้าใครก็ตามหวังหลุดพ้นจากทุกข์แต่ไม่เริ่มต้นที่ปัญญาและฉันทะ ก็เข้าถึงวิมุตติคือความหลุดพ้นไม่ได้ เพราะวิมุตตินั้นเป็นผลของปัญญาและฉันทะ วิมุตติไม่อาจเกิดขึ้นได้ ถ้าปราศจากปัญญาและฉันทะ

ถามว่า ปัญญา ฉันทะ และวิมุตติ สำคัญอย่างไร ?

ตอบว่า ปัญญา ฉันทะ และวิมุตติ นี้ สำคัญต่อการแก้ปัญหาของชีวิตมาก เพราะชีวิตต้องเดินไปข้างหน้าตั้งแต่เกิด ข้างหน้านั้นมีปัญหาและอุปสรรคที่ต้องเผชิญมากมาย ปัญญา ฉันทะ

และวิมุตติ จะช่วยให้ชีวิตของผู้ดำเนินตามข้ามพ้นอุปสรรคต่าง ๆ และไปถึงเป้าหมายได้โดยสวัสดิภาพ แต่ละข้อจึงมีความสำคัญดังนี้

๑. **ปัญญา** คือความรู้ความฉลาด ในเรื่องความดีความชั่ว เรื่องคุณเรื่องโทษ เรื่องความเจริญความเสื่อม และเรื่องความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย ความรู้ความฉลาดลักษณะนี้ มีติดตัวมาตั้งแต่เกิดแล้ว ท่านเรียกว่าสชาติปัญญา สชาติปัญญานี้สามารถพัฒนาให้เจริญได้ด้วยการสดับศึกษา (สุตมยปัญญา) การคิดหาเหตุผล (จินตามยปัญญา) และการอบรมหรือปฏิบัติให้เจริญขึ้น (ภาวนามยปัญญา)

เมื่อเวลาเกิดปัญหา ปัญญาจะทำหน้าที่วินิจฉัยว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรเจริญ อะไรเสื่อม จากนั้นใช้สติควบคุมกายวาจาและใจให้ละทางผิด และดำเนินทางถูกต่อไป

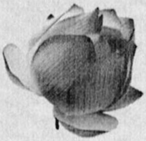
๒. **ฉันทะ** แปลว่าความอยาก คืออยากทำดี อยากพัฒนา อยากพ้นจากความเสื่อม อยากประสบความก้าวหน้า อยากเอาชนะกิเลส อยากเรียนอยากศึกษา อยากทำงานสุจริต ความอยากลักษณะนี้ เมื่อมีอยู่ในใจของบุคคลใดแล้ว จะทำให้บุคคลนั้นประพฤติกาย วาจา และใจของตนในทางที่ดี จึงทำให้ชีวิตไม่ตกไปในทางเสื่อม และทำให้ชีวิตเจริญก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้นด้วยตนเอง โดยมิต้องให้ใครมาตักเตือนว่ากล่าว ฉันทะจึงอยู่เบื้องหลังของความสำเร็จที่ชอบธรรมทั้งปวง ไม่ว่าจะสำเร็จทั้งโลกหรือ

ทางธรรมก็ตาม ขาดฉันทะแล้วความสำเร็จที่ชอบธรรมอย่างยั่งยืนก็เกิดขึ้นไม่ได้

๓. **วิมุตติ** แปลว่าความหลุดพ้น คือหลุดพ้นจากปัญหาต่าง ๆ ที่เบียดเบียนชีวิต ปัญหานั้นก็คือความทุกข์นั่นเอง การหลุดพ้นจากความทุกข์นั้น เป็นผลมาจากการพัฒนาปัญญาและฉันทะดังกล่าวแล้ว ไม่ใช่เกิดขึ้นได้เอง แต่เกิดขึ้นเพราะใช้ปัญญากับฉันทะแก้ปัญหานั้น ๆ อย่างถูกต้อง จึงเกิดวิมุตติคือหลุดจากปัญหานั้นในที่สุด ถ้าไม่มีปัญญาและฉันทะแล้ว วิมุตติก็เกิดขึ้นไม่ได้ หมายความว่าปัญหาหรือความทุกข์ก็ยังเบียดเบียนชีวิตอยู่ ไม่มีทางหายไปไหน เหตุนั้น ท่านจึงกล่าวว่า **“ปัญญามา ปัญหาหมด”** ดังนี้



ยศถา - บรรดาศักดิ์



พุทธศาสนสุภาษิต

อุฏฺฐานวโต สติมโต สุจิกมฺมสฺส นิสมฺมการิโน
สญฺญตสฺส จ ธมฺมชีวิโน อปฺปมตฺตสฺส ยโสภิวฑฺฒติ.

ยศย่อมเจริญแก่บุคคลผู้มีความเพียร มีสติ มีการงานสะอาด ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ เป็นผู้สำรวม มีชีวิตอันประกอบด้วยธรรม ไม่ประมาท

ขุ. ธ. ๒๕/๑๒/๑๗.



ยศถาบรรดาศักดิ์

***

ยศนั้นสำคัญไฉน ?

ยศ รวมถึงบรรดาศักดิ์ต่าง ๆ ที่บุคคลได้รับจากพระมหากษัตริย์หรือทางราชการนั้น ทุกอย่างล้วนสะท้อนถึงการมีความรู้ดี ความสามารถดี และความประพฤติดีของผู้ได้รับทั้งสิ้น เว้นจากความดี ๓ ประการนี้ ก็ไม่มีหนทางใดที่พระมหากษัตริย์หรือทางราชการ จะประทานยศให้เลย ความรู้ดี ความสามารถดี และความประพฤติดี จึงเป็นบ่อเกิดแห่งยศ และรักษายศที่เกิดแล้วให้ดำรงอยู่ต่อไป

ความหมายของยศ

มีผู้ให้ความหมายของยศไว้ดังนี้

๑. **ยศ** หมายถึง **ความยกย่องนับถือ เกียรติของตน เกียรติคุณ ฐานันดร**ที่พระมหากษัตริย์โปรดเกล้าฯ พระราชทานแก่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง มีสูงต่ำตามลำดับกันไป และหมายถึงเครื่องหมายพิเศษที่พระมหากษัตริย์โปรดเกล้าฯ ให้สร้างขึ้น เพื่อพระราชทานแก่ผู้มีฐานันดร มีสูงต่ำตามลำดับกันไป รวมถึงเครื่อง

กำหนดหมายฐานะหรือชั้นของบุคคล (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน)

๒. **ยศ** หมายถึง **ความงาม ความดี เกียรติยศ ชื่อเสียง ความยิ่งใหญ่ของคนเรา** ยศ มี ๓ ลักษณะ คือ ยิ่งในทางเป็นใหญ่ เรียกอิสริยยศ, ยิ่งในทางมีพวกมาก เรียกปริวารยศ, ยิ่งในทางมีชื่อเสียง เรียกเกียรติยศ (อาจารย์เปลื้อง ณ นคร)

๓. คำว่า "**ยศถาบรรดาศักดิ์**" มาจากคำ ๓ คำประกอบกัน คือคำว่า ยศ ถา และบรรดาศักดิ์ โดยแต่ละคำมีความหมาย ดังนี้

ยศ หมายถึง **เกียรติคุณ เครื่องกำหนดฐานะหรือชั้นของบุคคลที่รับราชการเป็นทหารหรือตำรวจ** เช่น สิบตรี ร้อยโท พันเอก พลตรี

ถา เขียน (**ถ ถุง สระอา**) เป็นคำภาษาไทยถิ่นเหนือ ตรงกับคำว่า ตรา ในภาษาไทยมาตรฐาน หมายถึง เครื่องหมายสำหรับประทับเพื่อแสดงหลักฐานไว้เป็นสำคัญ และหมายถึง เครื่องประดับซึ่งเป็นราชอิสริยาภรณ์

บรรดาศักดิ์ หมายถึง ฐานะของขุนนางซึ่งได้รับพระราชทานจากพระเจ้าแผ่นดิน เช่น ขุน หลวง พระ พระยา

เมื่อรวม **ยศ ถา** และ**บรรดาศักดิ์** เป็น "**ยศถาบรรดาศักดิ์**" มีความหมายว่า **ยศ เกียรติคุณ และฐานะของบุคคล** (บทวิทยุรายการ "รู้ รัก ภาษาไทย)

ตามความหมายที่ยกมาก็ถูกต้องชัดเจน เป็นที่ยอมรับกันทั่วไป แต่อยากจะเสนอความเห็นว่า **ยศ น่าจะหมายถึงที่หรือชั้น โดยที่หรือชั้นนี้ เป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิดก็มี สร้างขึ้นด้วยความดีในภายหลังก็มี** มี ๔ ลักษณะ ลักษณะที่หนึ่ง เรียก**กุลยศ** ลักษณะที่ ๒ เรียก**อิสริยยศ** ลักษณะที่ ๓ เรียก**ปริวารยศ** และลักษณะที่ ๔ เรียก**เกียรติยศ**

ถ้านับตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย มนุษย์แต่ละคนได้มีการครองยศต่าง ๆ สูงบ้าง ต่ำบ้าง มาแล้วด้วยกันทุกคน โดยคนหนึ่ง ๆ ครองยศเหล่านั้นในเวลาเดียวกันหลายยศหลายระดับ เช่น บางคนในขณะเป็นญาติสาโลหิตของสกุลที่มีชื่อเสียง (กุลยศ) ก็มีฐานะเป็นผู้ปกครองเหนือคนอื่นด้วย (อิสริยยศ) มีพวกพ้องบริวารจำนวนมากด้วย (ปริวารยศ) และมีคุณความดีที่ผู้คนในสังคมชื่นชมด้วย (เกียรติยศ)

ยศต่าง ๆ จึงเป็นสิ่งที่มีการเพิ่มหรือลดลงตามสถานะของคนแต่ละคน เมื่อสถานะเปลี่ยน ยศก็เปลี่ยนไปด้วย ยกตัวอย่างในขณะเป็นลูก ก็ครองยศคือ**ความยกย่องนับถือ**เป็นต้น ระดับลูก ถ้าขณะเป็นลูกนั้น บุคคลนั้นเป็นพ่อแม่คนอื่นด้วย เขานอกจากจะครองยศระดับลูกแล้ว ก็ยังครองยศระดับพ่อแม่อีกด้วย หรือในขณะเป็นลูกและเป็นพ่อแม่นั้นเอง ถ้ามีสถานะเป็นคนไทยด้วย เขานอกจากจะครองยศระดับลูกและระดับพ่อแม่แล้ว ก็ยังครอง

ยศระดับคนไทย อีกด้วย

สรุปว่า **ความยกย่องนับถือ เกียรติของตน เกียรติคุณ ความงาม ความดี เกียรติยศ ชื่อเสียง ความยิ่งใหญ่** ซึ่งได้รับติดตัวมาแต่กำเนิดก็ดี รวมทั้งที่ทำเพิ่มเติมในขณะมีชีวิตอยู่ก็ดี จะดำรงอยู่ไม่ได้เลย ถ้าไม่มีแท่นหรือที่ตั้งรองรับไว้ แท่นหรือที่ตั้งนั้น ก็คือ **กุล** (ตระกูล) **อิสริย** (ความเป็นใหญ่) **ปริวาร** (พวกพ้อง) และ**เกียรติ** (ชื่อเสียง)

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาโดยถี่ถ้วนแล้วจะพบว่า แต่ละที่หรือชั้นดังกล่าวนั้น ก็มีที่หรือชั้นอื่นรองรับไว้อีกต่างหาก ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า "หลักธรรมที่จะทำให้ยศเจริญ"

หลักธรรมที่จะทำให้ยศเจริญ

ตามหลักพระพุทธศาสนา ยศเจริญได้ด้วยการประพฤติปฏิบัติตามพระพุทธดำรัส ๗ ประการ ดังบทบาลีที่ว่า

"อุฏฺฐานวโต สติมโต สุจิกมฺมสฺส นิสมฺมการิโน
สญฺญตสฺส จ ธมฺมชีวิโน อปฺปมตฺตสฺส ยโสภิวฑฺฒติ"

แปลว่า ***ยศย่อมเจริญแก่บุคคล ผู้มีความเพียร ๑ มีสติ ๑ มีการงานสะอาด ๑ ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ ๑ เป็นผู้สำรวม ๑ มีชีวิตอันประกอบด้วยธรรม ๑ ไม่ประมาท ๑***

ความเพียรทำให้ยศเจริญอย่างไร ?

ความเพียร หมายถึง ความบากบั่น ความพยายาม ความไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคในการทำงาน ในการประกอบการกุศล ความกล้าในการประกอบกิจอันชอบให้ลุล่วงไปด้วยดี โดยมีความบากบั่นมั่นคงไม่ถอยหลัง ไม่ทอดธุระ ไม่เป็นคนอยู่เฉย ๆ โดยไม่ทำงาน

ตามนัยนี้ แสดงว่ายศ กล่าวคือความยกย่องนับถือเป็นต้นที่มีอยู่แล้ว จะเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นต่อไปนั้น ต้องใช้ความเพียรในการทำคุณประโยชน์อย่างต่อเนื่อง ความเพียรจึงเป็นประดุจปุ๋ยของยศ คือช่วยทำให้ยศเจริญงอกงาม และยศทุกประเภทตามที่กล่าวนั้นล้วนเจริญได้ด้วยความเพียรทั้งสิ้น ปราศจากความเพียรแล้วย่อมไม่มีทางเจริญได้เลย และความเพียรที่จะทำให้เจริญนั้น ต้องเป็นความเพียรในทางที่ชอบ ไม่ผิดวัฒนธรรมประเพณี ไม่ผิดกฎหมาย และไม่ผิดหลักทางศาสนา ยศจึงจะเจริญได้ แต่ถ้าเป็นความเพียรในทางที่ผิด เช่น ผิดวัฒนธรรมประเพณี ผิดกฎหมาย หรือผิดหลักทางศาสนาแล้ว ยศนั้นที่มีอยู่แล้วก็จะเสื่อม ที่ยังไม่เกิดก็จะไม่มีทางเกิดขึ้นได้เลย ความเพียรในทางที่ผิด รวมถึงความเกียจคร้านจึงเป็นประดุจยาฆ่ายศ คือทำให้ยศเสื่อม ดังนั้น ต้อง ลด ละเลิกเสียในทันที อย่าไปคบความเกียจคร้าน เป็นต้นนั้น

ผู้มีความเพียรในทางที่ชอบ ทำให้ยศเจริญได้อย่างไร ?

คำตอบ เราทราบมาแล้วว่า ยศนั้น คือ **ความยกย่องนับถือ**

เกียรติของตน เกียรติคุณ ความงาม ความดี เกียรติยศ ชื่อเสียง ความยิ่งใหญ่ เมื่อเรามีความเพียรในทางที่ชอบ ความเพียรนั้นจะทำให้กุลยศ (ยศคือตระกูล) มีฐานะมั่นคงยิ่งขึ้น เป็นที่นับถือในสังคมมากขึ้น ทำให้อิสริยยศ (ยศคือความเป็นใหญ่) กล่าวคืออำนาจและบารมีของเรากว้างขวางและเข้มแข็งเหนือตนและคนอื่นในทางที่ชอบมากขึ้น ทำให้ปริวารยศ (ยศคือบริวาร) ได้แก่พรรคพวกที่ดีเพิ่มมากขึ้น และทำให้เกียรติยศ (ยศคือชื่อเสียง) ได้แก่คุณงามความดีของตนขจรขจายมากยิ่งขึ้น แต่ถ้าเป็นคนเกียจคร้าน ไม่ทำงาน ไม่สร้างคุณงามความดีใด ๆ ก็ไม่อาจให้ยศเจริญได้ ไม่ว่าจะเป็นยศประเภทใดก็ตาม

ความเพียร นอกจากทำให้ยศที่มีอยู่เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นแล้ว ยังเป็นเหตุให้ยศต่าง ๆ ที่ยังไม่เกิดได้เกิดขึ้นด้วย นอกจากนั้นบรรดาความเกียจคร้านทั้งหลายซึ่งเปรียบเหมือนยาฆ่ายศ ที่ทำให้ยศไม่เกิดไม่เจริญงอกงามนั้น ก็จะถูกกำจัดให้หมดไปพร้อม ๆ กับความหมั่นเพียรนั้นเอง ประดุจดวงอาทิตย์อุทัยขึ้นแล้ว ความมืดก็ถูกกำจัดไปฉะนั้น

ความมีสติทำให้ยศเจริญอย่างไร ?

สติ คือความระลึกรู้ ทำให้บุคคลรู้จักพูดและรู้จักทำ ด้วยความรอบคอบระมัดระวัง หมายความว่า จะพูดจะทำอะไรก็คิด

โดยรอบคอบก่อน เพื่อป้องกันมิให้ความผิดพลาดเกิดขึ้น

ในการดำเนินชีวิต เมื่อไม่เกิดความผิดพลาด เพราะใช้สติในเวลาพูดและเวลาทำแล้ว ความเสียหาย ความเสียใจ และภยันตรายต่าง ๆ ก็ไม่มีทางเกิดขึ้นได้ เมื่อเป็นเช่นนั้น ทั้งชีวิตตนเองและบุคคลอื่นที่เป็นบริวารก็ไม่ต้องเดือดร้อน แต่กลับจะประสบความสุขสวัสดี มีหน้าตาชื่นบาน สดชื่นแจ่มใสขึ้นมาแทนที่

ผลจากที่มีสติช่วยควบคุมนี้ นอกจากจะป้องกันไม่ให้เกิดความผิดพลาดแล้ว ยังช่วยให้ความเจริญต่าง ๆ มีโอกาสเกิดขึ้นในชีวิตอีกมากมาย ดังพุทธศาสนสุภาษิตว่า **คนผู้มีสติ มีความเจริญทุกเมื่อ, คนมีสติ ย่อมได้รับความสุข, คนมีสติ เป็นผู้ประเสริฐทุกวัน** เป็นต้น

ความมีสติ ช่วยทำให้ดำรงตนอยู่ในความดีงาม ทำให้รู้จักละชั่วทำดี และรู้จักใช้ชีวิตให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและบุคคลอื่น ดังนั้น คนมีสติจึงเป็นที่ยกย่องนับถือของคนทั้งหลาย สติจึงทำให้ยศเจริญด้วยประการฉะนี้

การงานสะอาดทำให้ยศเจริญอย่างไร ?

การงานสะอาด ก็คือ การประกอบการงานที่สุจริต ปราศจากโทษ เช่น ไม่ลักขโมยของเขา ไม่คดโกงเขา ไม่หลอกลวงเขา ไม่ค้ายาเสพติดให้โทษ มุ่งทำแต่งานที่สุจริตคือปราศจากโทษ

ไม่ผิดวัฒนธรรมประเพณี ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดหลักทางศาสนา แม้จะเป็นงานธรรมดา ๆ ไม่มีเกียรติในสายตาคนอื่น ก็ยินดีทำงานนั้นด้วยความขยัน ใช้สติควบคุม เมื่อได้ทรัพย์มาแล้วก็รู้จักเก็บออม รู้จักคบหาผู้ประกอบอาชีพสุจริตเช่นกัน ส่วนงานที่ทุจริต และผิดศีลธรรมนั้น แม้จะมีรายได้ตอบแทนมาก ก็ไม่ทำงานเช่นนั้น เพราะเป็นงานที่มีโทษ ไม่สามารถยึดเป็นอาชีพได้

เมื่อประกอบแต่การงานที่สะอาด ปราศจากโทษแล้ว ก็ทำให้ประสบความสำเร็จที่น่าภาคภูมิใจ ผู้คนยกย่อง ชื่นชมในความสำเร็จที่เกิดขึ้น ทั้งหมดนั้นเรียกว่าเกียรติยศ แต่ถ้าทำงานที่มีโทษ แม้จะร่ำรวยได้ทรัพย์สินเงินทองมาอย่างไร ก็ไม่มีความมั่นคง ถูกจับได้วันใดก็เสื่อมจากยศในวันนั้น

ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ ทำให้ยศเจริญอย่างไร ?

การใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ หมายถึง การไตร่ตรองพินิจพิจารณาด้วยสติปัญญาว่า เมื่อพูดและทำอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว จะเกิดผลกระทบใครบ้าง ถ้าเห็นว่าจะเกิดร้ายแก่คนอื่น หรือเป็นการกระทำที่ละเมิดกฎหมายและศีลธรรม ก็จะยับยั้งใจไว้ไม่พูดและทำอย่างนั้น แต่ถ้าเห็นว่าการกระทำนั้น คนส่วนใหญ่ได้ประโยชน์และ ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม ไม่ผิดวัฒนธรรมประเพณี

ไม่ผิดกฎหมาย และไม่ผิดหลักศาสนา ก็พร้อมที่จะกระทำการนั้นด้วยความเต็มใจ

เพราะฉะนั้น การใคร่ครวญก่อนทำจึงเป็นสิ่งสำคัญในการดำเนินชีวิต ผู้น้อมนำมาปฏิบัติย่อมจะไม่เกิดความผิดพลาดในการดำเนินชีวิต นอกจากนั้น ยังเป็นที่ยอมรับของคนดีทั้งหลายอีกด้วย การใคร่ครวญก่อนทำจึงทำให้เกิดยศ และทำให้ยศที่เกิดแล้วเจริญยั่งยืนตลอดกาลนาน

การใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำนี้ มีคุณค่าต่อผู้ปฏิบัติคล้ายความมีสติระลึกรู้ที่กล่าวแล้ว คุณค่านั้นก็คือทำให้ดำเนินชีวิตไม่ผิดพลาด ทำให้ชีวิตไม่ตกไปสู่ทางเสื่อม และช่วยให้ชีวิตประสบความก้าวหน้าอย่างยั่งยืน ทำให้ยศที่มีอยู่แล้วคงอยู่ต่อไป ส่วนยศใหม่ที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นตามมา

ความสำรวมทำให้ยศเจริญอย่างไร ?

คำว่า สำรวม หมายถึงความระมัดระวัง ความระมัดระวังนี้ใช้ได้ในหลายเหตุการณ์ ทั้งเหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน และในการปฏิบัติธรรมด้วย โดยเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันนั้นจำเป็นต้องมีความระมัดระวังในทุกที่ทุกเวลา ตั้งแต่การยืนเดินนั่งนอน ตลอดจนการทำงานต่าง ๆ รวมถึงการเดินทาง และการคบค้าสมาคมกัน ทุกเหตุการณ์ดังกล่าวต้องทำด้วยความสำรวม

คือระมัดระวัง มิให้เกิดความผิดพลาด ซึ่งสามารถทำได้โดยใช้สติกำกับในการปฏิบัติ

สำหรับความสำรวมในการปฏิบัติธรรมนั้น มีหลายอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ เช่น ความสำรวมระวังอินทรีย์ได้แก่ **ตา หู จมูก ลิ้น กาย** และ**ใจ** ไม่ให้เกิดความยินดีและความยินร้าย ในขณะที่ตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกต้องสัมผัส และใจคิดสิ่งต่างๆ เพราะธรรมชาติของใจนั้น หากไม่ตั้งสติสำรวมระวัง โอกาสที่ใจจะชอบหรือชังก็เป็นไปได้ทุกเมื่อ ซึ่งความรู้สึกทั้ง ๒ ประการนั้น ล้วนเกิดขึ้นตั้งอยู่แก่ผู้ไม่สำรวมระวังทั้งสิ้น

การสำรวมระวังจึงทำให้เกิดยศ กล่าวคือ**ความยกย่องนับถือเกียรติของตน เกียรติคุณ ความงาม ความดี เกียรติยศ ชื่อเสียงความยิ่งใหญ่** ด้วยประการฉะนี้

ความมีชีวิตประกอบด้วยธรรมทำให้ยศเจริญอย่างไร ?

ชีวิตที่ประกอบด้วยธรรมนั้น คือ มีชีวิตอยู่อย่างแนบสนิทกับธรรม ได้พบได้เห็นอะไรก็นำเข้าไปหาธรรม เช่น เวลาประสบกับลาภ ยศ สรรเสริญ และสุข ถ้าชีวิตไม่ประกอบด้วยธรรม ก็จะรู้สึกหวั่นไหวคือชอบใจกับลาภ ยศ สรรเสริญ และสุข นั้น อยากให้สิ่งดังกล่าวอยู่กับตนตลอดไป ไม่อยากให้แปรเปลี่ยนไปเป็นอื่น แต่

ถ้าชีวิตประกอบด้วยธรรม ก็จะรู้เท่าทันว่าสิ่งดังกล่าวมีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปเป็นธรรมดา ไม่เป็นของใคร รู้เท่าทันอย่างนี้ก็เสพเสวยอย่างมีสติ และถ้าประสบกับความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา และประสบกับความทุกข์ ถ้าชีวิตไม่ประกอบด้วยธรรม ก็จะรู้สึกหวั่นไหวกับความเสื่อมเหล่านั้น รู้สึกชิงชัง อยากหนีไปให้พ้น ที่เป็นเช่นนี้ เพราะไม่รู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงนั่นเอง

สำหรับชีวิตของผู้ประกอบด้วยธรรมนั้น เมื่อประสบกับสิ่งทั้งสอง คือสิ่งที่ชอบใจ และสิ่งที่ไม่ชอบใจ จะไม่ปล่อยให้ความดีใจหรือเสียใจเข้าครอบงำจิต เนื่องจากรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง จึงทำให้การดำเนินชีวิตของเขาเป็นปกติสุข ในท่ามกลางวิกฤติของสังคมทุกรูปแบบ ชีวิตที่ประกอบด้วยธรรมจึงทำให้เกิดยศ กล่าวคือ **ความยกย่องนับถือ เกียรติของตน เกียรติคุณ ความงาม ความดี เกียรติยศ ชื่อเสียง ความยิ่งใหญ่** ดังกล่าวแล้ว

มีความไม่ประมาททำให้ยศเจริญอย่างไร ?

ความไม่ประมาท ได้แก่ความมีสติระลึกรู้ทุกขณะที่คิด พูด และทำ ทำให้ทำหรือพูดแล้วไม่เกิดความผิดพลาดเสียหาย ตลอดจนทำให้สามารถป้องกันเหตุแห่งความเสียหายต่าง ๆ ได้ แต่ถ้าขาดสติระลึกรู้แล้ว ความประมาทจะเข้ามาทำลายความดีของตนเองได้

ในการปฏิบัติธรรมท่านจึงถือความไม่ประมาท ได้แก่การมีสติระลึกรู้เป็นเรื่องสำคัญ และยิ่งใหญ่เหนือธรรมข้ออื่น ๆ อุปมาเหมือนรอยเท้าช้าง ที่ใหญ่โตกว่าบรรดารอยเท้าสัตว์ประเภทอื่นฉะนั้น

แม้ในการดำเนินชีวิตประจำวันก็ไม่ต่างกัน คุณธรรมที่ใช้มากที่สุดก็ได้แก่ความไม่ประมาท คือ ความมีสตินั้นเอง คุณธรรมข้ออื่นๆ เช่น ความขยัน ความอดทน หรือความเสียสละ ถ้านำไปปฏิบัติด้วยความประมาทขาดสติแล้ว ก็ไม่อาจสำเร็จประโยชน์แก่ใครได้เลย

ความไม่ประมาท นอกจากช่วยให้ทำอะไรด้วยความรอบคอบแล้ว ยังช่วยให้เกิดการตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา ระแวดระวังภัยอยู่เสมอ ดังนั้น จึงทำให้ผู้ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาทนั้น ประสบกับความสวัสดีในทุกที่ทุกเวลา และเจริญรุ่งเรืองด้วยยศ กล่าวคือ **ความยกย่องนับถือ เกียรติของตน เกียรติคุณ ความงาม ความดี เกียรติยศ ชื่อเสียง ความยิ่งใหญ่** แต่ถ้าประมาทขาดสติแล้ว แม้ยศที่มีอยู่ก็รักษาไว้ไม่ได้ ส่วนยศใหม่ที่ควรจะเกิดขึ้นก็เกิดขึ้นไม่ได้ด้วย

ยศเกี่ยวข้องกับบุตร ๓ ประเภทอย่างไร ?

คนที่มียศและรักษายศดังกล่าวได้ดีกว่าที่บรรพบุรุษทำไว้ ทำให้ยศนั้นๆ เจริญยิ่งๆ ขึ้นกว่าเดิมได้ ท่านเรียกว่า อภิชาตบุตร แปลว่า บุตรที่มีความรู้ ความสามารถ และความประพฤติดี กว่าบรรพบุรุษตน แต่หากรักษาได้ดีเท่าๆ กับที่บรรพบุรุษของตนทำมาเท่านั้น ท่านก็เรียกว่า **อนุชาตบุตร** คือบุตรผู้มีความรู้ ความสามารถ และความประพฤติดีเท่า ๆ กับบรรพบุรุษตน

บุตรทั้ง ๒ คือ อภิชาตบุตรและอนุชาตบุตร เป็นบุตรชั้นเยี่ยม เป็นที่เชิดหน้าชูตาของวงศ์ตระกูล ทำให้วงศ์ตระกูลเจริญก้าวหน้า ส่วนบุตรคนใด รักษายศไว้ไม่ได้เท่าเดิม เพราะความรู้ ความสามารถ และความประพฤติย่อหย่อน คือ ย่อหย่อนทางความเพียร ขาดสติ ไม่ประกอบการงานที่สะอาด ไม่ใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ ไม่มีการสำรวมระวัง มีชีวิตไม่ประกอบด้วยธรรม และมีความประมาท ยศที่มีอยู่จึงค่อยๆ เสื่อมลง ยศใหม่ก็ไม่มีทางพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ ท่านเรียกบุตรประเภทนี้ **อวชาตบุตร** คือบุตรที่มีความรู้ ความสามารถ และความประพฤติหรือคุณธรรมด้อยกว่าบรรพบุรุษของตน ไม่สามารถเป็นที่เชิดหน้าชูตาของวงศ์สกุลได้

เพราะฉะนั้น การที่ยศดังกล่าว ที่เจริญแล้วยังเจริญต่อไปได้ หรือเจริญยิ่งกว่าเดิมนั้น ย่อมเป็นการสะท้อนถึงลักษณะของบุตร ๓ ประเภทได้เป็นอย่างดี และยังสะท้อนถึงคุณธรรม ๗ ประการ มีความเพียรเป็นต้น ได้ดีอีกด้วย

วิธีใช้ยศให้เกิดประโยชน์ทำอย่างไร ?

ยศทั้ง ๔ ประเภทนั้น จะเป็นประโยชน์แก่ชาวโลกมากน้อยเพียงไหน ขึ้นอยู่กับผู้ครองยศแต่ละคนเป็นสำคัญ ถ้าผู้ครองยศเป็นคนมีความรู้ดี มีความสามารถดี และมีความประพฤติดีตามหลักธรรมทางศาสนา ยศนั้นก็จะถูกใช้เพื่อสร้างคุณประโยชน์แก่ผู้คนในสังคมอย่างเต็มที่ ดังจะเห็นว่า เพราะอาศัยความที่เกิดมาดี เช่น เกิดในราชสกุล เกิดในตระกูลคฤหบดี เกิดในตระกูลเศรษฐี (กุลยศ) จึงทำให้เขาผู้ได้ครองยศนั้น สามารถเสียสละทรัพย์สินที่มีอยู่อนุเคราะห์สงเคราะห์ผู้อื่น เพราะอาศัยความเป็นอิสระคือความเป็นใหญ่เหนือตนและเหนือบุคคลอื่นในทางที่ชอบ (อิสริยยศ) เขาจึงใช้ความเป็นใหญ่นั้นจัดการเหตุแห่งความเสื่อม และทำเหตุแห่งความเจริญให้เกิดขึ้นในสังคม เพราะอาศัยบริวาร คือ ผู้หลักผู้ใหญ่ เพื่อนฝูง และลูกน้องที่ดี เขาจึงสามารถประสานความร่วมมือกันช่วยเหลือกิจการสาธารณะกุศลได้มาก และเพราะอาศัยชื่อเสียงที่ดีงามมีผู้คนศรัทธาในตนหรือบรรพบุรุษของตน จึงสามารถนำพาคนทั้งหลายให้ช่วยกันสละแรงกาย แรงใจ และแรงทรัพย์สร้างถาวรวัตถุที่เป็นประโยชน์แก่สังคมได้มากมาย โดยมิต้องพึ่งพาอาศัยความช่วยเหลือจากทางการแต่อย่างใด

อย่างไรก็ตาม ยศทั้ง ๔ นั้น ถ้าผู้ครองยศเป็นคนไม่ดี ขาดศีลธรรมประจำใจ เขาก็จะใช้ยศนั้นเป็นเครื่องมือทำลายคนอื่น

ได้ เช่น ใช้เพื่อการเบียดเบียนข่มแหงรังแกคนที่เห็นต่าง ใช้เพื่อแสวงหาผลประโยชน์เข้าตัว ใช้เพื่อทำลายธุรกิจหรือหน้าที่การงานของคู่แข่ง ตลอดจนใช้เพื่อแย่งชิงของรักของหวงคนอื่นมาเป็นของตนเป็นต้น เพราะฉะนั้น ท่านจึงสอนว่า **"เมื่อได้ยศแล้ว ก็อย่าประมาท"** คือให้มีสติในการใช้ ใช้เพื่อสร้างคุณประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ และสรรพสัตว์ทั้งหลายเป็นที่ตั้ง อย่าใช้เพื่อแสวงหาประโยชน์ หรือทำลายบุคคลอื่น เพราะการทำเช่นนั้นไม่ใช่คำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแน่นอน



พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาคนและสังคม